

વિચારશક્તિ



શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

ગુ. અનુવાદ

શ્રી વશરામ માવજી પટેલ

[એમ. એ.]

દિવ્ય જીવન પ્રકાશન — વીરનગર

પ્રકાશક :

ડૉ. શિવાનંદ અધ્યપુ

દિવ્ય જ્ઞાન પ્રકાશન,

વીરનગર

(જિ. રાજકોટ)

૧ લી આવૃત્તિ — ૧૯૬૩

૨ ડી આવૃત્તિ — ૧૯૭૦

. સી. એલ. ઝવેરીના સૌજન્યથી પ્રકાશિત

મુદ્રણ ધ્યાન :

ગાંધી ચિત્રાલય પ્રેસ,

રાષ્ટ્રીયશાળા,

રાજકોટ-૨

પ્રકાશકનું નિવેદન

વિચાર સર્વ કાર્યોનું મૂળ છે. કાર્ય સારું હોય કે ખૂરું હોય, પરંતુ તેના પાયા તો વિચારથી જ મંડાય છે. કેઈ પણ કાર્ય કરતાં પહેલાં માનવી વિચાર કરે છે, સતત વિચાર કરે છે અને એ વિચારને દૃઢ કર્યા પછી તેને અમલમાં મૂકે છે. આથી જો સારાં કાર્યો કરી આપણે સારા બનવું હોય તો આપણે સારા જ વિચારો કરવાની ટેવ પાડવી જોઈએ.

આ રીતે જો વિચાર જ કાર્યનું મૂળ છે, તો વિચાર શું છે, તેની શક્તિ કેટલી છે અને તેનો વ્યવહાર કેવો છે તે આપણે જાણવું જોઈએ. એ જાણીએ તો જ આપણે વિચારોનો સારી રીતે ઉપયોગ કરી શકીએ.

શ્રી. સ્વામી શિવાનંદજી એક વૈજ્ઞાનિક સંત હતા. તેમણે આ બધી વાતો સાદી અને સરળ ભાષામાં લખી છે. આથી આ પુસ્તક પ્રત્યેક સ્તરના માનવીને ઉપયોગી થશે.

આ બીજી આવૃત્તિ મુંબઈના ડૉ. શ્રી. સી. એલ. ઝવેરી (એમ. ડી.)ના સૌજન્યથી પ્રકાશિત થઈ શકી છે. એમના પર પરમાત્માના આશીર્વાદ હો !

—શિવાનંદ અદ્વૈત

પ્રસ્તાવના

આ પુસ્તક છે તો નાનકડું, છતાં તેમાં ચારિત્ર્યનિર્માણના જ્ઞાનનો અખૂટ ભંડાર ભરેલો છે. આમા અઘાત શક્તિ ભરેલી છે. જે કોઈ આ પુસ્તક ધ્યાનપૂર્વક વાંચશે તેનામાં પરિવર્તન થયા વિના રહેશે નહિ. એટલું જ નહિ પરંતુ, તે પોતાના જીવનમાં ઊર્વગામી પરિવર્તનની ઇચ્છાને અટકાવી શકશે નહિ.

વ્યક્તિના સર્વાંગી વિકાસ માટેનાં અનેક સૂચનો આ પુસ્તકમાં પડેલાં છે તે અનુસાર વર્તન સામાન્ય માનવીને એક આદર્શ સર્વશ્રેષ્ઠ માનવી બનાવી શકે તેમ છે. માનવ જીવનનો ધ્યેય હાંસલ કરવાનો સ્પષ્ટ રસ્તો તેમાં છે.

આ નાનકડી, સરળ, સાદી અને સહેલી પુસ્તિકા તમને વિચાર અને મંડળપશ્ચિન કેળવવાના અનેક રસનાઓ બતાવે છે. એટલું જ નહિ પણ, વિચારજગતથી પર વિશ્વચેતના સુધી તમને લઈ જશે આ કોઈ પુસ્તકિયુ જ્ઞાન નથી. આ તો વિશ્વવંદ્ય શ્રી સ્વામી શિવાનંદના પોતાના અનુભવનો પ્રસાદ છે.

પ્રેમ સ્વામી શિવાનંદજીના જીવનમાં એક વસ્તુ પ્રત્યક્ષ દેખાઈ આવતી હતી અને તે એ કે, પ્રત્યેક માનવીની પ્રત્યેક રીતે સેવા કરવી. આ હતું તેમના માનવપ્રેમનું પરિણામ ! તેઓએ જીવનમાં દરેક પાસા અને દરેક ક્ષેત્ર માટે પુસ્તકો લખ્યાં છે અને તે પણ એવી સાદી, સરળ અને સચોટ-ભાષામાં કે આપણને તે જરૂરીથી ગમે જતરી નથી.

ખીન શબ્દોમાં કહીએ તો, 'સ્વામી શિવાનંદ એટલે ભારતીય મંદૂરિતિનું પ્રતીક. આ મંદૂરિતિને વેગ આપતાં કેટલાંએ પુસ્તકો એમણે જનન સમય દર્શાવે છે અને તે અસારે વિશ્વની બધી ભાષાઓમાં પ્રાપ્ય છે.

આ પુસ્તક આધ્યાત્મિક સાધકને જ નહિ પરંતુ સામાન્ય માનવીને પણ તેટલું જ માર્ગદર્શક અને ઉપયોગી થઈ પડે. અને તેમજ જે લોકોને અર્વાચીન ધર્મમાં વધારે શંકા ન હોય, મંથર પ્રત્યેનો પ્રેમ પણ જોડે હોય અને જેઓ મંપ્રસાદના બંધનમાં પડ્યા હજી ન હોય છતાં જેઓ શાંત, શુદ્ધ અને કાર્યશીલ જીવન ગુજારવા હજી હોય તેમને તો આ પુસ્તક ઘણું જ ઉપયોગી નીવડશે.

સર્વશ્રેષ્ઠ મનોવૈજ્ઞાનિક દાક્ટરની માફક સ્વામીશ્રી આ પુસ્તક આપણી સામે રાખ્યું છે આમ કરી તેઓ આપણા જીવનને સમર અને સફળ બનાવવા પ્રયત્ન કરે છે. વિચારોમાં કેટલી શક્તિ ભરેલી છે તેનો ખ્યાલ તો તમે આ પુસ્તકનો અભ્યાસ કરશો ત્યારે જ આવશે.

અનુક્રમણિકા જેતાં જ તમને આ પુસ્તકની કિંમતનો ખ્યાલ આપી જશે. આત્મવિકાસ, મશસ્વી જીવન, સ્વાનુશાસન અને આત્મજ્ઞાન માટે આ પુસ્તક સર્વકાલ માટે સર્વને ઉપયોગી બનશે. માનવીમાં રહેલી શુદ્ધિને તે પ્રદર્શિત કરે છે અને મંદ-શક્તિ દદ બનાવી તમને મહાન થવા પ્રેરણા આપે છે. વિદ્યાર્થીઓ, દાકતરો, વકીલો, વેપારીઓ, સ્ત્રીઓ શાધક અને મંથરપ્રેમી સૌને આ પુસ્તકમાંથી પોતાને માટે ભાણું મળશે.

આ પુસ્તકને ગુજરાતી સ્વરૂપ આપવાનું કાર્ય શ્રી વશગમ-ભાઈ પટેલે કર્યું છે. એમની સર્વ પ્રકારની સહાય વિના આ પુસ્તક આટલા યોગ્ય સમયમાં આપના દાયમાં આપ્યું ન હોત. આ માટે પ્રકાશકો એમના ઋણી છે.

વાચક ભાઈઓ આમાંથી પ્રેરણા અને માર્ગદર્શન મેળવી શક્યા જીવનરાહ પર આગળ વધે એવી પાથના.

—શિવાનંદ અધ્યક્ષ

— અનુક્રમણિકા —

પ્રકરણ

પાના

૧. વિચારશક્તિ-તેનું વિજ્ઞાન ને રહસ્ય	૧
૨. વિચારશક્તિ-તેના નિયમો ને પ્રેરક બળો	૧૭
૩. સંકલ્પશક્તિની ઉપયોગિતા ને ઉપયોગ	૩૭
૪. વિચારશક્તિના ઝરા	૪૭
૫. સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ	૫૬
૬. વિવિધ પ્રકારના વિચારો ને તેમના પર વિજય	૬૫
૭. સંકલ્પનિયમન માટે સિદ્ધ સાધનાઓ	૭૬
૮. સંકલ્પ ક્રેબવણી માટે યોજનાઓ	૮૭
૯. સંકલ્પ દ્વારા સંકલ્પથી પાર જતું	૧૧૩
૧૦. વિચારશક્તિનું તત્ત્વજ્ઞાન	૧૨૨
૧૧. સંકલ્પશક્તિ અને હૃદયસાક્ષાત્કાર	૧૩૬
૧૨. નવી સંસ્કૃતિ માટે સંકલ્પશક્તિ	૧૪૬





જીવન એટલે વિચારોનો આંતરખેલ

જો મકલ્પને તમે મનમાં વળગી રહો છો તે મકલ્પ તમારા જીવનમાં દ્રષ્ટિગોચર થશે જો તમે દિમિતમાજ, આનદી, દયાળુ, ઉદાર અને કૃષ્ણાવાળા હશો તો આ ગુણો તમારા સામાસિક જીવનમાં દેખાશે હલકા વિચાર અને વાસના એ જ મનની અશુદ્ધિ છે

જીવન એ મકલ્પોનોજ આતર ખેન છે જ્યારે મન પોતાનું કાર્ય કરતું અટકી જાય છે, ત્યારે દ્વેષભાવ નાશ પામે છે વિચાર કાગતરૂપ દ્વારા નિયંત્રિત છે આ મકલ્પો અટકાવા જોઈએ ત્યારજ તમે માણની પેલી પાર જઈ શકશો માટે માત્ર બનો

મકલ્પના બધા મોહને શાંત થવા દો તે શાંતિમાં જ્યારે મન ગળી જાય ત્યારે સ્વયં પ્રકાશી શુદ્ધ ચિન્મય આત્મા પ્રકાશે છે મનનું નિરીક્ષણ કરો તમારા હૃદયને ધ્રુવરે રહેવા યોગ્ય ધામ બનાવો

—સ્વામી શિવાનંદ

વિચારશક્તિ-તેનું વિજ્ઞાન ને રહસ્ય

૧. પ્રકાશ કરતાં વિચારની અનંતગણી ગતિ

પ્રકાશ સેકન્ડની ૧,૮૬,૦૦૦ માઇલની ગતિએ હોડે છે, પણ વિચારની ગતિ એટલી પ્રચંડ છે કે તેને કોઈ પણ અંશે જવામાં કાંઈ જેટલો સમય પણ લાગતો નથી.

વિદ્યુતના વાદક દ્વચ્ચ કળાં પણ વિચાર વધારે સક્ષમ તરવ છે. સંગીતકાર કલકળામાં મુંદ્ર માયન માય છે અને તમે તેને દિશકીમાં ઘેર ખેડાં ગેડિયો દ્વાગ અપ્પટ્ટ મીને માભળી શકો છો. તારના સંદેશાઓ પણ વગર દોરડે અંતરિક્ષમાંથી પરબાગ ભળી શકે છે.

સાક્ષી

તેવી જ રીતે તમારું મન પણ એક વાયરલેય વંચ જેવું છે. પોતાની શાંતિ, અમના ને પ્રેમના આધ્યાત્મિક આંદોલનો દ્વારા સંત પુરુષો આખી દુનિયામાં પ્રેમ ને જાનિના વિચારો પ્રેરી શકે છે. આ વિચારો વિદ્યુત ગતિએ જ્યાં દિગ્ગાઓમાં પ્રસરી વ્ત્ત મનુષ્યોના મનમાં પ્રવેશ કરી તેવા જ પ્રેમ ને જાનિના વિચારો પ્રગટાવે છે. ત્યારે જેનું મન છર્પાં, વેરજેર ને નિગમ્કાર દ્વચ્ચાદિથી ભરેલું છે તેવો દુનિયાદારી માણસ વિષમય જેરી વિચારો ફેલાવે છે, જે દુઃખરોના મનમાં પ્રવેશી વેરજેર ને નિગમ્કારની લાવનાઓ ઉત્પન્ન કરે છે.

વિચારશક્તિ

૨. વિચારોને ગતિ કઢવા માટેનું માધ્યમ

જો આપણે તળાવ કે પાણીના ઝરામાં પથ્થરનો કુડકો ફેંકીએ તો જો સ્થગે પથરો પડશે તે કેન્દ્રમાંથી ઉત્પન્ન થઈ અમખ્ય બહારીઓ ચારે બાજુ ફેલાઈ જશે.

મીણુમની સળગાવતા તેની વાટમાંથી પ્રકાશની અમખ્ય ધુળરીઓ ઉત્પન્ન થઈ ધીરે દાગ મર્યા દિશાઓમાં વ્યાપી જશે.

તેની જ રીતે, સારો કે ખરાબ વિચાર મનુષ્યના મનમાં પચાર થાય ત્યારે તેના જો આદોનનો ઉત્પન્ન થાય છે તે મર્યા દિશામાં દૂર દૂર સુધી ફેલાઈ જાય છે.

એક મનમાંથી બીજા મન સુધી જવાને માટે વિચારો વ્યાપક માધ્યમમાંથી પચાર થતા હોવા જોઈએ ? આ પ્રશ્નનો જવાબ એ છે કે, જેવી રીતે આપણી લાગણીઓનું વાદન પ્રાણ દાગ થાય છે, ગંભીર, પ્રમગ્ન ને સિદ્ધાંતનું સાદર ધીરે છે તે અસાધનું સાદર દેવા છે, તેવી જ રીતે વિચારનું વાદન મનોમય દેવ છે, જે ધીરની માફક જ્યાં ચાતુર્યવાન બીજો બીજા ભરે છે.

૩. ધીરમાં પડતી વિચારોની છાપ

તમે વિચારશક્તિથી આરામમાં જીવતા હોવાની શક્યતા વિચારમાં આવી અમાધ્યમ શક્તિ રહેતી છે તે શક્તિને એક મનુષ્યમાંથી બીજા મનુષ્યમાં અવાનિત કરી નવાં પ્રાચીન અમયના મહાન યોગીઓ ને સતોના શક્તિશાળી વિચારો અત્યારે પણ આનંદમાં અચિત થયેલા જોવામાં આવે.

દિવ્ય દષ્ટિશાળી યોગીઓ આ વિચાર મૂર્તિઓને જોઈ રહે એટલું જ નહિ પણ, વાચી પણ શકે.

તમે અમખ્ય વિચારોથી મહામાગધી પેનથેના છે ને વિચારોના મહાસાગરમાં ત્યાં કરો છો તેમાંથી તમે અમુક વિચારો

અર્થે કરે છે. અને અમુક વિચારોને નમાગથી દૂર દઢાવે છે. આમ, દરેક પોતપોતાની વિચારરૂપી અનોખી સૃષ્ટિમાં વિહાર કર્યા કરે છે.

૪. વિચારરૂપી જીવતી જાગતી શક્તિ

વિચારો એવન પદાર્થો છે સાથે સાથે પૃથ્વરના દુકડા જેવા નકકર પદાર્થો છે. આપણે મત્સ્ય પામીએ ત્યાં પછી આપણા વિચારોનો નાશ થઈ જતો નથી.

વિચારમાંના પ્રત્યેક ફેગફાર સમયે સનના સૂક્ષ્મ દ્રવ્ય(મેટા)માં પણ વિચારને અનુકૂળ ધ્રુવરેખાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. કારણ કે વિચાર સૂક્ષ્મ ગતિ હોવાથી તેના કાર્ય માટે માધ્યમ નગીકે પણ સૂક્ષ્મ દ્રવ્ય જ હોવું જોઈએ.

✓ નિમ્ન જેમ વિચારો વધારે શક્તિશાળી, તેમ તેમ તેથી કાર્યશિલ્પિ પણ વહેલી યાય છે. અમુક કાર્ય માં ધાગેલી અમર મેળવવા માટે નીચેની બે જાળતો ધ્યાનમાં ગણી જોઈએ:

- (૧) વિચારોને સ્થિતિ વસ્તુ પર કેન્દ્રિત કરા જોઈએ અને,
- (૨) અમુક નિશ્ચિત ક્ષિત્તિમાં તેમને પ્રેરવા જોઈએ.

૫. વિચારરૂપી સૂક્ષ્મ શક્તિઓ

૭ વિચાર એ સૂક્ષ્મ ગતિ છે આ ગતિ આપણને પોરાકમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે. હાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં હિંચન અને શ્રેનંત્રુ વચ્ચેનો મંવાદ આ જાળનને બાદ આરી ને અષ્ટ ગીતે નમગવે છે.

{ જો અન્ન શુદ્ધ હોય તો જ વિચાર શુદ્ધ તે શક્તિશાળી થાય. જેના વિચારો શુદ્ધ હોય તેની જ વાણી પણ શક્તિશાળી હોય છે અને આવી વાણી જ આંતરમાનના મન ઉપર નિડી ઝાપ પાડી શકે. આમ, મનુષ્ય પોતાના શુદ્ધ વિચારો દ્વારા દગ્ગમે લોકો પર મનધારી અસર કરી શકે છે.

વિચારશક્તિ

શુદ્ધ વિચાર અસ્થાની ધાર કરતાં પણ વધારે તીક્ષ્ણ છે. માટે જ દમેશાં શુદ્ધ ઉમદા વિચારોને મેવો. આમ, વિચારોની શુદ્ધિ ને કેળવણી એ પણ એક ચોક્કસ નિયમો પ્રમાણે કાર્ય કરતું વિજ્ઞાન છે.

૬. વિચારો હવાઈ સંદેશાવાહક તરીકે

જેઓ દેવ, છર્મા, વેરઝેરના જ વિચારો સેવ્યા કરે છે, તેઓ ખરેખર ધણા જ ભયંકર મનુષ્યો છે. તેઓ જ દુનિયામાં અશાંતિ ને મનુષ્ય મનુષ્ય વચ્ચેનો દેવ સરળવે છે. તેઓના વિચારો ને લાગણીઓ ધધરમાં પ્રેરણા લગાઈ સંદેશા જેવા છે. અને આ સંદેશા તેનાં આંદોલનો ઝીલી શકે તેવા લક્ષણ મનવાળા લોકો જરૂર પ્રદાન કરવાના. /

વિચારો કલ્પનાત્મક વેગથી ગતિ કરે છે. જેઓના વિચારો ઉન્નત, ભવ્ય ને પવિત્ર છે તેઓ પાસે તેમ જ અત્યંત દૂર રહેલાં મનુષ્યોને પણ અસર કરે છે.

૭. વિચારોરૂપી અગાધ શક્તિઓ

વિચારમાં અગાધ શક્તિ રહેલી છે. વિચારોથી રોગ દૂર કરી શકાય. વિચારો મનુષ્યનું માનસ પણ ગદગદાવી શકે. વિચારો રમે તે કરી શકે, તે સમકાર પણ કરી શકે. વિચારોની ગતિ કલ્પવામાં આવી શકે તેમ નથી.

વિચાર એ વિશુદ્ધ શક્તિ છે. મનોમય દ્રવ્ય ઉપર સૂક્ષ્મ પ્રાણનાં આંદોલનોથી તે ઉત્પન્ન થાય છે. શુભ્વાર્દ્રાણ, આર્દ્રાણ, અપાર્દ્રાણ જેવું જ તે જાત છે, જે આગપાર મોંસરવું નીકળી જાય છે.

૮. વિચારોનાં મોઝાનું પ્રચરણ

આ સંસારનું મળ સ્વરૂપ શું ? સંસાર એટલે જ ક'યર કે દિરખખર્ખના વિચારોનું મળસ્વરૂપ

આપણે વિજ્ઞાનનાં રહસી, પ્રકાશ ને વીજળીનાં મોઝાનું

સંબંધી વાંચીએ છીએ આવી જ રીતે યોગમાં વિચારના પ્રવાહો છે. વિચારના પ્રવાહમાં કલ્પનાતીત જળ રહેતું છે. દરેકને આ વિચારના જળનો જાણ્યે અજાણ્યે થોડે વધારે અંશે અનુભવ થયા જ કરે છે.

જ્ઞાનદેવ, ભર્તૃહરિ ને પતંજલિ જેવા મહાન યોગીઓ મનરૂપી રેડિયો દ્વારા વિચારપ્રવાહ ગ્રેરીને દૂરને સ્થળે પણ વિચારોની આપણે કરી શકતા. આવી રીતે યોગીઓની આ ટેક્નિકથી એ જ આધુનિક ટેક્નિકા ને ટેક્નિકાનું મૂળ છે.

આપણે ગરમી, પ્રકાશ ને વિદ્યુતના મોગનું સંબંધી વૈજ્ઞાનિક જ્ઞાન મેળવીએ છીએ તેવી જ રીતે, યોગમાં વિચારના મોગનું સંબંધી જ્ઞાન છે અંતરિક્ષમાં વિચાર વીજળીના ચમકારાની પેઠે અકલ્પ્ય ગતિથી ફરી વળે છે.

જેવી રીતે તમે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય જાળવી રાખવા કસરત કરો છો, ટેનિસ ને ક્રિકેટ જેવી રમતો રમો છો, તેવી જ રીતે માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે પણ ગુદ્ધ સાર્વિક વિચારોનું સેવન જરૂરનું છે. તે માટે સાર્વિક યોગિક, નિર્દોષ સાધનો દ્વારા મનને વિશ્રાંતિ, ઉત્તમ ને જલ્પ વિચારો તેમ જ પ્રસન્ન આનંદી સ્વભાવ ખાસ જરૂરનાં છે.)

૬. વિચારોનાં આંદોલનોનો ચમત્કાર

જે જે વિચાર તમારા મગજમાં સ્ફુરે તેનું આંદોલન કદી નાગ પામતું નથી તે વિશ્વના સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ આણુને પ્રગતિનું સોંસટું નીકળી જાય છે તેવી જ જે તમારા વિચાર ઉમદા, પવિત્ર ને વેગવાળા હોય તો દરેક સમજાવી મનની અંદર તે જ પ્રકારનાં આંદોલન ઉત્પન્ન કરશે જ.)

સામાન્ય રીતે બધા લોકો આપણે વાતાવરણમાં પ્રેરેલા

વિચારશક્તિ

આપણા વિચારરૂપી સદેના પોતાને ખચર ન હોય એમ પકડી લે. અને પોતાની શક્તિ અનુસાર તે જ પ્રદાનના સદેશા બહાર પણ કાઢે. આનું પરિણામ એ આવે છે કે, આપણા પોતાના જ વિચારોના પરિણામરૂપે આપણે એનકા વિજ્ઞાન બળે દુનિયાના છૂટા મૂકીએ છીએ કે, તેઓ સાથે મળીને આર્થી દુષ્ટ માણસાએ છોડલા અધમ અણુદ્ધ વિચારોના બળને બાકી કાઢે.

૧૦ વિચારોના આદોલનોની વિવિધતા

દરેક મનુષ્યની માનસિક દુનિયા જુદી જુદી હોય છે, તેમ જ વિચાર કરવાની રીત પણ જુદી જુદી હોય છે તે જ પ્રમાણે, પરિસ્થિતિને સમજવાની અને વાચને અમલમાં મૂકવાની રીતો પણ ભિન્ન ભિન્ન હોય છે.

જેમ કોઈ એ વ્યક્તિઓનો ચહેરા ને અચાજ મળતા આવતા નથી, તેવી જ રીતે દરેકની વિચાર કરવાની ને વસ્તુ કે પરિસ્થિતિ સમજવાની શક્તિ પણ ભિન્ન ભિન્ન હોય છે. આ કારણથી જ ગાઢ મિત્રો વચ્ચે પણ નજીવા કારણસર મતભેદ પડી જાય છે.

એવ વ્યક્તિ બીજાના દષ્ટિબિંદુને બરાબર સમજી શકતી નથી. આર્થી જ દિવાલન મિત્રો વચ્ચે પણ એવ લાગુના બોલાચાલી, મિત્રાચારીનો ભગ અને કલહ ઉત્પન્ન થાય છે. પરિણામે મિત્રાચારી તૂટી જાય છે.

આપણે બીજાના વિચાર-આદોલનો સાથે આપણા વિચારોને સવાઈ બનાવી શકીએ તો જ આપણે બીજાને સહકારથી સમજી શકીએ.

વિચારમના, તિસ્કાર, ઈર્ષ્યા ને રનાર્થના વિચારો મનમા

વિકૃત મર્નિઓ ખડી કરે છે, જે શુદ્ધિને ધૂંધળી કરી નાખે છે, સમગ્રજીવ શક્તિને વિકૃત કરે છે તે વાદ્યશક્તિનો નાશ કરી મનમાં અધ્યાધૂંધી ફેલાવે છે.

૧૧. વિચારશક્તિનો સંગ્રહ

ભૌતિકશાસ્ત્રમાં વિદ્યુતપ્રવાહોત્પાદક શક્તિ (એલિમેન્ટેશન) નામનો ગ્રંથ છે દ્રવ્યનો સમૂહ તો તેનો તે જ હોય, છતાં તેમાં વિદ્યુત પ્રવાહ ઉત્પન્ન થઈ શકે નહિ પ્રથમ તેનો સુબંધ સાથે સંબંધ કરવો જ જોઈએ, ત્યારે જ આ શક્તિ દ્વારા વિદ્યુત પ્રવાહ ઉત્પન્ન થઈ શકે

એવી જ રીતે જે માનસિક શક્તિને વિવિધ ક્ષુદ્ર દુન્યવી વિચારોમાં આડમાર્ગે ખસી નાખવામાં આવે છે તેને યોગ્ય માર્ગે કેન્દ્રિત કરી તેનો આધ્યાત્મિક ઉત્પત્તિ માટે ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

તમારા મગજમાં દુનિયાની નકામી માહિતીનો સંગ્રહ કરે નહિ. મનમાંનું સર્વ ભૂલી જતાં રાખો. તમારે માટે જે કંઈ જાનવું ન હોય તે બધું મનમાંથી કાઢી નાખો, ત્યારે જ તમે તમારા મનને દિવ્ય વિચારોથી ભરી શકશો. તો જ તમારા મનમાં જે અત્યંત છૂટાંછવાયાં ખંડિત ધૂંધળાં પ્રતિબિંબો ભરેલાં છે તેને બહાર નવા જ પ્રકારની માનસિક શક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકશો.

૧૨. શરીરના વિવિધ કોષો ને વિચારો વચ્ચે સંબંધ
શરીરમાંના કોષ એ જીવતા જંગમ એકમો છે. તેનાં વચ્ચે કેન્દ્ર, ફરતો જીવરસ (પ્રોટોપ્લાઝમ) અને આનુબાનુ બારીક પડ હોય છે દરેક કોષ શુદ્ધિયુક્ત હોય છે. કેટલાક કોષ શરીરની અંદરના વિવિધ સાવ કાંદે છે. અંડકોષના કોષ વીર્ય ઉત્પન્ન કરે છે. ત્યારે મૂત્રપિંડ (કિડની)ના કોષ મૂત્ર બહાર કાઢે છે. કેટલાક કોષ શરીરમાં સિંપાઈની માફક રક્તાનું કામ કરે છે. જેવાં શરીરમાં

વિચારશક્તિ

ઝેર કે ઝેરી વસ્તુઓ બહારથી દાખલ થાય છે તરત જ તેઓ તે
અંતરે દોડી જઈ તેની સામે યુદ્ધ કરે છે ત્યાં બાદ તેમનો નાશ
કરી બહાર ફેંકી દે છે કેટલાક લોહીના કોપ કોપપેશીઓમાં અને
અવયવોમાં ખોરાકના પોષક તત્ત્વો પહોંચાડે છે

આ બધા કોષો આપણી ઇચ્છાને આધીન થયા વગર
પોતપોતાનું કાર્ય નિયમિત રીતે કર્યા કરે છે, તેઓનું કાર્ય ઇંડા
પિગળા નામના અનિચ્છાવર્તી જ્ઞાનતંત્રને આધીન છે, અને
મગજમાંના મનની સ્થિતિ સાથે તેમને સીધો સંબંધ હોય છે.

મનની દરેક લાગણી, દરેક વિચારનું આંદોલન કોષોને
દ્રુતવે છે. મનની ભિન્ન ભિન્ન બદલાતી દરેક સ્થિતિની અસર
તેમના પર થાય છે. જો મનમાં અવ્યવસ્થા, નિરાશા અને બીજા
વિધાનક વિચારો કે લાગણીઓનું સામ્રાજ્ય હોય તો તેની
અસર વિદ્યુત ઝડપે જ્ઞાનતંત્ર દ્વારા શરીરમાંના દરેક કોષમાં ફરી
વળે છે. આથી લડાયક મેન કોષો લયબીત થઈ નબળા પડી જાય
છે અને ધસાઈ જવાથી પોતાનું કામ યથાયાગ્ય રીતે કરવાને
શક્તિમાન થઈ શકતા નથી.

કેટલાક લોકોનું મન શરીર પર જ કેન્દ્રિત થયેલું હોય
છે. આથી તેમને આત્માનું જ્ઞાન જ હોતું નથી તેઓનું શ્રવણ
અનિયમિત, અવ્યવસ્થિત ને સમઘટીત હોય છે તેઓ પોતાની
હોઝરીમાં મોકાઈના લોચા, મુરખા, વગેરે લાદે છે, જેને પરિણામે
પાત્રક ને ઉત્સર્ગ અવયવોને જરા પણ આરામ મળતો નથી આથી
તેઓ શારીરિક નબળાઈ ને રોગના શિકાર બને છે ને તેમના
શરીરમાંના અણુઓ, પરમાણુઓ ને કોષો વિસંવાદી ને વિરોધી
દ્રુતરીઓ ઉત્પન્ન કરે છે. તેઓ શ્રદ્ધા, આશા, વિશ્વાસ, શાંતિ ને
આનંદ શુભાવી ખેસે છે. આથી દુઃખી થાય છે. આ બતાવે છે કે,

તેમની જીવનવ્યોત બગગર ઝગહગતી નથી તેમની શક્તિ લીધી થઈ ગઈ હોય છે અને તેમણે મન લાય, નિરાશા, ચિંતા ને ઉપાધિનું ધામ જની મથલું હોય છે

૧૩. વિચાર રૂપી સૃષ્ટિની મૂળભૂત

શક્તિ ને આધુનિક વિજ્ઞાન

વિચાર એ પૃથ્વી પર મહાનમા મહાન શક્તિ છે યોગીને માટે વિચાર એ સૌથી શક્તિશાળી રક્ષણાત્મક હથિયાર છે સર્જનાત્મક વિચાર સર્જે છે એટલું જ નહિ પણ, નરનિર્માણ કરે છે, પુનર્જીવન બક્ષે છે અને બધું નવપલ્લવિત પણ કરે છે

મનમા રહેલ અગાધ શક્તિઓને વિકસાવી પ્રાચીન અપિઓ તેમને સંપૂર્ણતા સુધી લઈ જવા હતા અને તેનો ઉપયોગ પણ તેઓ સર્વના હિત માટે કરતા

વિચાર એ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિની પાઠળ રહેલી મૂળભૂત શક્તિ છે નામરૂપની આખા દુનિયાની ઉત્પત્તિના મૂળ કાન્ધુરૂપે સૌથી પ્રથમ નિરાદ પરમાત્માના મનમા એક જ સદૃશ થયેા હતા.

આ આદ્ય વિચાર મૂર્તરૂપે પ્રગટ થયેા તે સૃષ્ટિ સમ્યક્જ્ઞાન સ્વરૂપ દિવ્ય પરમાત્માના શાશ્વત અગાધ શાન સ્વરૂપમાર્થી ધ્રુવરૂપે પ્રથમ જે વિચાર પ્રાદુર્ભૂત થયેા તેમાર્થી આ સૃષ્ટિ થઈ છે શાસ્ત્રની પરિભાષામા આને સ્પંદનરૂપે વ્યક્ત થયેલ દિરિપ્ત્યગર્ભની ઇચ્છાશક્તિ તરિકે ઓળખાવવામા આવેલ છે

આ સ્પંદનને ભૌતિક દ્રષ્ટાની ત્વરિત ગતિ સાથે સરખાવી શકાય નહિ, પણ તેના કરતા તે અનતગણ્ય સૂક્ષ્મ છે—એટલું સૂક્ષ્મ છે કે મનુષ્યના સામાન્ય મનની કૃપનામા પણ આની જકે નહિ. છતાં આ સ્પષ્ટ રીતે બનાવે છે કે, છેવટે બધા તરવેાનું મૂળ એક સૂક્ષ્મ શુદ્ધ ક્રુન્ગરી છે આધુનિક વિજ્ઞાન પણ હાલમા બહારની

વિચારશક્તિ

પ્રકૃતિના અન્વેષણ પરથી આ જ નિર્ણય પણ આવેલ છે.

૧૪. રેડિયમ જેવા વિરલ જ્યોતિર્મય યોગી

રેડિયમ એ વિરલ જ્યોતિર્મય વસ્તુ છે જે યોગીઓએ પોતાના મન પર પૂરેપૂરો સંયમ મેળવ્યો છે તેઓ પણ આ દુનિયા-માં રેડિયમ જેવા વિરલ છે

જેવી રીતે અગરજતીમાંથી એકધારી રીતે માડી મહેક પ્રસરી રહે છે, તેવી જ રીતે જે યોગી પોતાના વિચારો સંયમમાં રાખી સતત શાશ્વત બ્રહ્મનું જ ચિંતન કરે છે તેના મરીરમાંથી દિવ્ય, સુગંધી ને વિદ્યુતથી પણ સૂક્ષ્મ 'બ્રહ્મઓરા' ચારે બાજુ પ્રસરી રહે છે

તેના મુખ ઉપર દિવ્ય સુગંધચુક્ત 'બ્રહ્મવર્ચસ' પ્રકાશી રહે છે. જ્યારે આપણા હાથમાં જૂથ, ગુનાગ કે ચંપાનાં ફૂલનો બનાવેલ ગજરો ધારણ કરીએ છીએ ત્યારે તેની ખુશબો આખા ઓરડામાં પ્રસરી રહી બધાને અનોખો આનંદ આપે છે

તેવી જ રીતે પોતાના વિચારચક્ર ઉપર જેણે સંયમ સાધ્યો છે એવા યોગીના વશ ને કાર્તિની સુગંધ સર્વગ પ્રસરી રહે છે. ખરેખર, તે વિશ્વશક્તિ બને છે.

૧૫. વિચારનું વચન કંઈ ને મૂર્તિ

દરેક વિચારને પોતાનું વચન, આકાર, રૂઢ, મૂર્તિ, રંગ, ગુણ ને શક્તિ હોય છે. યોગી પોતાની દિવ્ય આંતરિક દૃષ્ટિથી આ બધા વિચારોને પ્રત્યક્ષ રીતે જોઈ શકે છે

વિચારો બીજી વસ્તુઓ જેવા જ પદાર્થો છે. જેવી રીતે તમે એક નારંગી તમારા મિત્રને આપીને તેની પાસેથી તે પાછી લઈ શકો છો, તેવી જ રીતે તમે તમારા મિત્રને ઉપયોગી શક્તિશાળી વિચાર આપી શકો છો, તેમ જ તેની પાસેથી લઈ શકો છો.

નિચા એ જ મહાન રક્તિ છે તે ગતિ કરી રહે છે, તે સર્વ ગદે છે વિચારનક્તિથી તમે ચમત્કાર પણ કરી શકો પણ યોગ્ય વિચારને ઉત્પન્ન કર્યાની તેમ જ પ્રેર્યાની તમાગમા કળા જોઈએ

૧૬ વિચાર-તંત્રી આકૃતિ, તંત્રુ નામ ને તંત્રો રંગ

તમારુ મન જલે સપૂર્ણ રીતે રાત ને વિચારદીન હોય, જતા જોવો તેમા નિચા ઉત્પન્ન થવા માડશે કે તરત જ તેમા નામ ને રૂપ ઉત્પન્ન થવાના જ

દરેક વિચારને ચોક્કસ નામ ને રૂપ હોય છે આથી આપણે જોઈએ છીએ કે મનુષ્યને ઉત્પન્ન થતા અથવા ઉત્પન્ન થઈ શકે તેવા દરેક વિચારને તેને અનુરૂપ નામ ને રૂપ સાથેનો સબધ મગજમા ખડા થવાનો જ

આમ, વિચારરૂપી મૂળભૂત રક્તિ જે એક જ તેમ જ અવ્યત સૂક્ષ્મ છે, તેમાથી રૂપ કે આકારરૂપી મૂર્તિ રચી શકાય છે

પરંતુ વિચાર, નામ ને રૂપ ત્રણે એક જ છે જ્યાં જ્યાં આ ત્રણમાથી એક હોય ત્યાં ત્યાં બીજા બે હોવા જ જોઈએ જ્યાં જ્યાં નામ હોય ત્યાં ત્યાં રૂપ ને વિચાર હોવા જ જોઈએ

આધ્યાત્મિક વિચારનો રંગ પાંચો હોય છે, શુરમા ને દ્વેષથી ભરેલ વિચારનો રંગ વેરો હાલ હોય એ અર્થો વિચારનો રંગ બદામી હોય છે આમ જ બીજા વિચારોનુ પણ સમજવુ

૧૭. વિચાર-તંત્રી શક્તિ, કાર્ય ને ઉપયોગ

વિચાર એ સૂક્ષ્મ જનત વિષુત રક્તિ છે આના જોડી સૂક્ષ્મ, દિવ્ય ને અજોય શક્તિ દુનિયામા બીજી એકે નથી

વિચારશક્તિ

વિચાર દ્વારા જ સર્જનશક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે. વિચાર એક વ્યક્તિ પાસથી બીજી પાસે પસાર થઈ શકે છે ને લોકો ઉપર અસર ઉપજાવે છે. શક્તિશાળી વિચારવાળો માણસ નબળા વિચારવાળા લોકો ઉપર જલદીથી અસર કરવાનો જ. |

વિચારની કેળવણી, તેમા રહેલી શક્તિ ને વિદ્યુત જેવી અસર સંબંધી આજકાલ ઘણાં પુસ્તકો મળે છે. આના અભ્યાસથી વિચાર, વિચારની શક્તિ, ઉપયોગિતા ને તેની ચમત્કાર ભરેલી કાર્યપદ્ધતિનો ખ્યાલ આવશે.

૧૮. વિચારના અગ્રાધ સાગરમાં

ફૂંકાં ખાતું મનુષ્યજીવન

વસ્તુતઃ વિચાર એ જ સૃષ્ટિ છે. સંસારના બધાં દુઃખ, વૃદ્ધાવસ્થા, મૃત્યુ, મહાન પાપ વગેરે, વિચારથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. પૃથ્વી, પાણી, અગ્નિ, વાયુ, આકાશ બધું વિચારરૂપ જ છે. વિચારથી જ મનુષ્યને બંધન પ્રાપ્ત થાય છે જે પોતાના વિચારો ઉપર પૂરેપૂરો કાબૂ રાખી શકે છે તે આ પૃથ્વી પર સાક્ષાત્ ઇશ્વર છે.

આપણે વિચારસૃષ્ટિમા જ રહીએ છીએ. પ્રથમ વિચાર ને ત્યાર બાદ વાણી દ્વારા તે વિચાર વ્યક્ત થાય છે, આમ, વિચાર ને વાણી માફ રીતે સંકળાયેલા છે. કેવળ, તિરસ્કાર, ધર્પાના વિચાર બીજાને દુઃખદાયક થઈ પડે છે. વિચારનું મનરૂપી ઉત્પત્તિસ્થાન જો નાશ પામે તો બહારની વસ્તુઓનું અસ્તિત્વ પણ રહે નહિ.

વિચારો એ જ ખરી વસ્તુઓ છે. શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ ને ગંધરૂપી પાંચ વિષયો તેમ જ જન્યૂત સ્વપ્ન ને સુષુપ્તિરૂપી ત્રણ અવસ્થા-આ બધાં મનના વિચારનાં પરિણામ છે. સંકલ્પ, રાગ, કેધ, બંધન, કાલ-આ પણ મનનાં જ કાર્ય છે. મન એ ઇન્દ્રિયોનું શાસક છે. આથી વિચાર એ બધી માનસિક પ્રક્રિયાઓનું

મૂળ છે

આપણી આભુમાભુ જે જે પદાર્થો આપણે જોઈએ છીએ તે બધા મનના સૂક્ષ્મ વિચારોમાથી બનેલા સૂક્ષ્મ પદાર્થો છે મંદહૃદ્ય તેમને મર્તે છે તેમ જ તેમનો વધ કરે છે મીઠાગ તેમ જ દડાગ વસ્તુમા નથી, પણ મનમા જ નિયના ચિંતનમાં જ છે તેમની ઉત્પત્તિ વિચારથી જ થાય છે

વસ્તુઓ પડવેની માનસિક વિચારોની અમરથી નજીકની વસ્તુઓ અત્યંત દૂર વાગશે, અને તેથી બિનદુ, દૂરની વસ્તુઓ અત્યંત નજીક વાગશે દુનિયાની બધી વસ્તુઓ વચ્ચે કંઈ પણ મંદમધ નથી, પણ આપણા મનની કલ્પનાથી કે મનના વિચારોથી જ તેઓ એકબીજા નચ્ચે અબધનાળી લામે છે મન જ વસ્તુઓને રૂપ, રંગ, આકાર આપે છે જે વ્યક્તિ કે પદાર્થનું મન ગાદ ચિંતન કરે છે તે રૂપ જ તે બની જાય છે

મિત્ર ને દુરમન, મરુગુણ ને દુર્ગુણ બધા મનમા જ છે પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાની પ્રપનાથી જ મુખ ને દુખ તેમ જ સાર ને નન્મુ મર્તે છે ભન ને બૂર તેમ જ મુખ ને દુખ પદાર્થમાથી ઉત્પન્ન થતા નથી, પણ મનના વનણુ ઉપર આધાર ગમે છે આ અમારમા નહ પણ સાર નથી તેમ જ દિનનગ પણ નથી તમારી પ્રપનાથી જ તેમ મને છે

૧૬ વિચારો, વિદ્યુત ને તત્ત્વજ્ઞાન

વિચારોમા પ્રચડ શક્તિ ગેરી છે સીત્તળી ગ્તા પણ તેઓ નિરોગ શક્તિશાળી છે વિચારો જ જીવનને નિયમિત કરે છે, ચાગિયને ઘડે છે અને ભાગ્યનું નિર્માણ કરે છે

એક જ અવસ્થાની અમર ન પડે એવી રીતે થોડા સમયમા અનેક વિચારોના પ્રણુગા ફેલી રીતે ફૂટે છે તે જુઓ

વિચારશક્તિ

ધારે દે તમાના મનમાં મિત્રો માટે આ પાણીની પાઈ ગોઠવવાનો મનુષ્ય થયો. આના વિવાદમાંથી એક દાખમાં ખાડ, દૂધ, પ્યાના, ટેમન ખમ્બીઓ ટેમનખોથ દુધાન ચમચા, પુરી મિઠિ-ટ, રંગેરે ખરાના વિચારો ઉપજા ચરાના ન આમ મનના વિચારોનો અનોખો વસ્તુઓના ફેનાવો એ ન મધનની જાગ અને વિચારોનો ત્યાગ એ જ મન.

માટે વિચારોની ઉપત્તિ પડેના ન તેને કાપી દેરા માટે આવેને નો નોંધે, ત્યાં ન તમે મુખી થઈ મનો મન તમને છેતરો ને આપો માટે તમારે તેનો અભાવ, કીન ને માર્ગપદ્ધતિ નમત્ત લેરા નોંધે તો ન તમે તેને મોંઘાઈ કાપી નાનો.

વિજ્ઞાન અને રહસ્ય

જે જે વસ્તુ તમે બહાર જુઓ છો, તે માનસિક મૂર્તિની પ્રતિકૃતિ છે. આંખમાંની કીકી એ બારીક ગોળ કાણું છે. છબી ઝીલનાર મજ્જાપટલ પણ તદ્દન નાનું જ હોય છે. છતાં પર્વત જેવી મહાન વસ્તુની છબી પણ તે નાની કીકીમાંથી બાહ્ય મજ્જાપટલની સપાટી પર પડી ગહે છે અને મનમાં બહારની વસ્તુ પ્રમાણે આમેજન અરૂપ ઉત્પન્ન કરે છે. આ મહાન આશ્ચર્ય તહિ તો બીજું શું ?

આમ, પર્વત જેવી વસ્તુની છબી પણ પહેલેથી જ મનમાં હોય છે, મન એ હેનવાસના વિગાળ પડ્ડા જેવું છે, જેના પર બહાર દેખાતી બધી વસ્તુઓના પ્રતિબિંબ પડેલેથી જ હોય છે.

૨૧. મૃદિત એટલે વિચારનો ચાહ સ્ફોટ

અરેખા વિચાર કરીએ તો જણાવે કે આખું વિશ્વ મનોમય મૃદિનું બાહ્ય પ્રગટ સરૂપ છે, “મનોમાત્રમ જગત્”, માટે જ મનની શુદ્ધિ ને અંધમ ઉપર જ બધા યોગશાસ્ત્રો રચાયેલાં છે. મન એ નાગભૂતિ ને વિચારરૂપે નિર્ગત મગજ ઉપર મુકતી અનેકવિધ પ્રપોન અગ્રહણ્ય મન એટલે જ ઇચ્છાશક્તિ કે ક્રિયાશક્તિ વિચાર જ તમને કાર્ય કરવાને પ્રેરે. ક્રિયાથી મનમાં અંતરરૂપી છાપ ડિંદી પડે છે.

મનની ક્રિયાશક્તિ પર અસરકારક રીતે સંયમ મૂકીને વિચારના વિભવ ચક્રનો અત લાવનાનું યોગ શીખવે છે. માટે યોગ એ વિચારરૂપી મુખ્ય ક્રિયાને અડકાવવા માટેનું વિજ્ઞાન છે. જ્યારે વિચારની ગતિની પેલી પાડ જત્યાય ત્યારે જ આત્માની પ્રેરકશક્તિ કામ કરે તે ત્યારે જ જ્ઞાનમય દ્વા પ્રાપ્ત કરી શકાય.

આખના એક પનડારામાં જગતને મજ્જવાની તેમ જ તેનો વય કરવાની શક્તિ વિચારમાં દેલી છે. જુવના પોતાના જ

વિચારશક્તિ

વિચાર કે મંદહય અનમાઝ મન પોતાનું જગત મજે છે આમ, મન જ મંમાઝ ઉત્પન્ન છે છે (મનોમાત્ર જગત, મનઃકલ્પિત જગત) મનોવિવાસથી કૃપ જોડેલો અમય કામુકપ બને છે ને કાચુ કૃપ અમાન દીર્ઘ બને છે જેમ આત્માઅમાત્ર એક સ્વપ્ન પોતાની અદઝ બીજી સ્વપ્ન ખડુ કરે છે, તેમ અદ્વય મન દ્વય વસ્તુઓ ઉત્પન્ન કરે છે

૨૨. વિચારો, તેનાથી ઉત્પન્ન જગત ને કાલાતીત મત્ય

મન એ અમાઝપી જમનુ મૂળ છે, તેને લગ્નરો કળ્યા, કૃપળો, કાળીઓ, કૃપ ને કળ આવે છે જે તમે વિચારોનો નાગ કરી શકો તો જ તમે અમાઝપી જમને એકદમ કાપી શકો

જેમ જેમ વિચારોનો પ્રાદુર્ભાવ થતો જાય તેમ તેમ તેમનો પ્રદ નાશ કરતા જાયો વિચારોના નાગથી મૂળ સૂઝાઈ જમે ને અમારૂંપી પ્રક્ષ જલ્લી કરમાઈ જશે

પણ આ કાર્ય મહેનું નથી તે માટે અત્યંત ધીગજ ને મનન પરિચય જોઈએ જે બધા મંકપોનો નાશ થાય તો જ તમે આનંદના સાગરમાં મગ્ન થઈ શકો આ સુખની દ્રશ્યા અપૂર્ણનીય છે, પણ તે જતે અનુભવવાની વાત છે

જેરી રીતે લાકડું બળી જતાં અગ્નિ તેના મૂળ કામગુમા લીન થઈ જાય છે, તેરી જ રીતે જ્યારે મંદા સમુપે કે વિચારોના લય થાય ત્યારે જ મન પોતાના મૂળ કામળ આત્મામાં લીન થઈ જાય છે ત્યારે જ દેગ કાયથી અગાપિત અપૂર્ણ દેહદનનાનો આક્ષાત્રાઝ થઈ પડે



વિચારશક્તિ—તેના નિયમો ને પ્રેરક બળો

૧. વિચાર-ભાગ્યનિર્માતા શક્તિ

જો મન મનન એક જ પ્રકારના વિચાર મેળ્યા કરે તો એવો એક ચાલો પડી જાય છે કે જે માર્ગે જતાવાળે વિચાર શક્તિનું વધન થયા કરે છે અને તેની એક પ્રમાણી દેતી પડી જાય છે. આ દેતી મત્સુ બાદ પણ માથે જ રહે છે. માગલ કે 'આદ'ના ભાગ અને જવાથી પછીના જન્મમાં પણ મનના ને વિચાર ઉપેક્ષુરી જાહે છે.

✓ સાદ ગમે કે કેટલે વિચારને પોતાનું વિનિષ્કરણ દોષ છે અમુક પાર્થિવ છત્રનું જ્ઞાન અધી મનોમય પ્રગતિનું ગાળા થઈ તેના મત્સુરે જે જોય બાળી મહે તેના પન્થી તેનું પછીનું છત્રન રચાય છે.

વિચાર અને તે પછી ગ્યાના ભાગમાં મુક્તિ બળો કેરી રીતે કાર્ય કરે છે તે રિમનવાગ મનજનુ નાદેનું નથી દરેક ઈર્મની એવડી અસર થાય છે એક તો, અક્તિના મન ૮

નિયમો ને પ્રેરક બળો

તમારે માટે જીવ્ય પ્રારબ્ધ ધડો

ગયા જન્મમાં કરેલો પુરુષાર્થ એ જ પ્રારબ્ધ દર્શાવેલી ખીજ ને આપણે વાવીએ છીએ તેમાંથી ટેવડી પાક લગીએ છીએ અને ટેવડી ખીજ વાવનાં તેમાંથી ચાગિતરૂપી ફળ મળે છે ચાગિત વાવના તેમાંથી પ્રારબ્ધનો ખજાનો ઉત્પન્ન થયે

મનુષ્ય પોતાનો જાગ્યવિધાના છે તમે તમારી વિચારગતિનથી તમારું પ્રારબ્ધ ધડી શકો છો તમારા વિચારથી જ તમે તેનો નાશ કરી શકો છો બંધી ભાનનાઓ ને શક્તિઓ તમાગમાં સુષુપ્ત રહેતી છે તેને જાગ્રત કરી ચત્ર ને મદાન બને

૬ ૨ ચહેરા પર પડતી વિચારોની છાપ

તમારો ચહેરો આમોફોન રેડ્ડ જેવો છે જે જે વિચાર કરે તેની ગ્રામ્ય એક્ષન તમારા ચહેરા ઉપર પડી જ જશે

પ્રત્યેક વિચાર ગતિના કે મોડની માફ પોતાની અંતર તમારા ચહેરા ઉપર અન્નિ કરાવે જાગિત, ક્રોધ, મનવાસના, ધર્મ, વેગ, રોગેના અન્નના વિચારની ગ્રામ્ય વર્ગ પડે નાની-મોની રેખાઓ ને આચાખૂબાડે પડી રહે

ચહેરા પરના આ માલ્ય ચિહ્ન પૃથ્વી એ દમ આત્મિક મનની સ્થિતિ વાચી શકાય, અને મનને આ પ્રત્યેકો રોગ છે તે પણ જાણી શકાય

જો કોઈ એમ માનતો હોય કે હું મારા વિચાર મુખ ગળી શકું છું તો તે પહેલાં ન મનને મૂર્ખ છે તેની સ્થિતિ માલમ જોવી છે ગિદારીઓ પાળ પડતા તે પોતાનું માથું નીચે રેતીમાં ઢાકી દે છે અને એમ માને છે કે મને કોઈ જોઈ ગયું નથી

ચહેરા એ મનનું રાજ્ય ખુલ્લું મતાનના કાગે કે બીજું છે દરેક વિચાર ચહેરા પર પોતાની અન્ન મૂકતો જાય છે દિવ્ય વિચારોથી

વિચારશક્તિ

અહોરો પ્રદક્ષ બનજો, ત્યાં પાપમય વિચારથી કાળોધમ થઈ જશે
આમ મનન એવેલા દિવ્ય વિચારે અહોરો પગેનો પ્રકાશ-ઓગ વધાવે છે

જેવી રીતે કુશામાંથી પાણી મીચનાં વાસણ વાગ વાગ ફવાની
પાણ માથે અથડાતા તેમાં વધાવે ને વધાવે ગોંડા થોડા પડે છે તેવી
જ રીતે મનન પાણી વિચારોથી અહોરો હિપ્ત કાળી ગ્રાપ પાણુ જોડી
પડે છે આમ, અહોરોના બાલ્ય દેખાવથી મનના ગેશાગતુ ખરેખરું
દર્શન થઈ શકે છે

અહોરો એ જાણે કે મનની બીનમાં ચાલી મહેમાં કાર્યોની
જાહેગત કરવા માટેનું પાટિયુ છે તેમાં તમાગ વિચારો, વાગબીઓ,
વધજો ને જામિઓ સ્પષ્ટ રીતે ક્રમમાં જાય છે

મનુષ્ય કદાચ એમ ધારે કે હું માગ વિચાર ગુપ્ત ગામું છું,
પણ તેનો અહોરો તે ખુલા કરી દે છે કામ, ક્રોધ, લોભ, દયા,
વેન્દ્ર, વગેરેની વાગબીઓ ને વિચારો તુલન જ અહોરો પગ ૧૨
છાપ મૂકી જાય છે

આમ, અહોરો એ મનમાંથી પચાગ થતા અનેકવિધ વિચારોની
આખેદમ ને વિશ્વામપાગ નોંધ ગણનાગ અવેદનશીલ અન્યથ છે
અમુક સમયે મનની ઝિંદગી ને મનમાના વિચારો દેવા દેતા તેનું
પ્રતિબિંબજાણવા માટે અહોરો એ સ્વચ્છ અને માક અગીઆ જેવો છે
૩. શારીરિક વલણ ને ક્રિયાઓમાં વિચારોનું અનુસરણ

આ ભૌતિક ગરીબ મૂલ્ય નકપ છે, અને ગરીબ એ
વિચારોનું બાલ્ય અરૂપ છે તેથી જ્યાં મનમાં કિરા કે દવનચન
ચાય ત્યારે ત્યારે તેને અનુરૂપ ગરીબમાં પણ ફેરવાગ ચાય ને

જેવી રીતે હૂર દેખાડના માખસ સામાન્ય રીતે બીનમા
પ્રેમ કે દાની લાવના પ્રેમ નક્તો નથી, તેવી જ રીતે આનંદ
રીતે હૂર માખસ પણ બીનમા પ્રેમ ને દયા પ્રેરી ગડગે નહિ.

નિયમો ને પ્રેરક બળો

મન પોતાની વિનિયમ આલગિ-ચિનિને અપદ ગીતે ચલેગ
પર આલખી ગઢે છે અને શુદ્ધિનાગી માણુચ તેને ચલેનાઈથી
સાડી ગઢે ✓

મનને હમેશા મનને અનુસરે છે જો જન્મની નીચ ને
માન્યતાનો વિચાર મનમાં આવે તો નગ્ન જ નરીગ તેને માટે
તૈયારી ✓ છે અને તે પ્રમાણે તેમાં ફેરફાર દેખાત છે લાન, ચિંતા,
શોક, આનંદ, ઉત્સાહ, કેધ-આ બધા ચહેરા પર પોતાની વિનિયમ
જાપ પાડ્યા વિના નહોતા નથી

૪ આખો દ્વારા વ્યક્ત થતા વિચારો

આખો એ બહાનની દુનિયા સાથેના સરહારના આત્માના
હાગ છે, અન તેઓ પણ મનની આંતરિક સ્થિતિ ને વિચારોને
વ્યક્ત કર છે

મનની અહા ટેનિઆના જેવી ગતિ છે, જે કપર, નિરાશા,
ગાંધ, તિરંગ, આનંદ, ગાતિ, સનાહિતા, આરોગ્ય, બળ ને
મૌદર્દના મહેશા પ્રેરી શકે છે

જો તમે બીજાની આખોના લાન નાચવાની શક્તિ કેળવો
તો તમે તેવું મન પણ એકદમ બાણી ગઢો જો તમે વ્યક્તિને
ચંદ્રેશ, નાનચીન ને વર્તણૂ ને બારીકાઈથી નિહાળશો તો જરૂર તેના
મનની પ્રધાન નાગણી કે વિચારને જાણી શકશો આ માટે જરૂર
ચીન, શુદ્ધિની તાલચુના, પ્રનામ ને અનુભવની જરૂર છે

૫ વિચારો વિચારોડખી-એ

ચિંતા ને લાનના વિચારો એ આપણી અહના લાનડ
તરખો છે તેઓ જીનનના ઝરાને નુસિત દરે છે અને અહની
મવાહિતા, નર્મમાધમતા, પ્રાણુગતિ ને જેમનો નાગ દરે છે
માર્થી વિનિયમ એટલે કે પ્રમતના, આનંદ, ઉત્સાહ, સરેના વિચારો

સ્વચારશક્તિ

જીવનને ગમગીન બનાવવાને બદલે પ્રદુષિત બનાવે છે, તેની કાર્યશક્તિ વધારે છે ને માનસિક શક્તિઓને પણ અનેગ્રાણી કરી મૂકે છે માટે હમેશા આનદી બનો ને હસો /

૬ માનસિક ને શારીરિક ક્રિયાઓ વચ્ચેની સંવાદિતા

વિદ્યાની અસર શરીર પર થાય છે મનની અદરનો મોક સંગ્રહન નિબળ બનાવે છે આથી ટાલકુ, શરીરની મન ઉપર અસર થાય છે તદુસ્ત શરીર મનને પણ તદુસ્ત બનાવે છે જો શરીર માલુ હોય તો મન પણ તદુસ્ત ને મજબૂત બને

કેવળા ઝૂલતા આવેશથી મગ્નતા કેવળને સખત નુકસાન પહોંચે છે, કેમકે તેથી તેમાં એવી રાસાયણિક દ્રવ્યો ઉત્પન્ન થાય છે સાથે સાથે મગ્નને આવેશો લાગે છે અને તેમાં નિગ્રાહ હનાઈ જાય છે / અન્નમાર્ગમાના પિત્તરસ તેમ જ ખીજા પાચક એનો સાર એવો થઈ જાય છે ને શરીરની શક્તિ એવી થઈ અગાળે જલ્દત આવી જીવન દૂર થાય છે

જ્યારે ગુપ્તમાં આવે ત્યાર મન ક્ષુબ્ધ થાય છે તેની જ નીતે, જ્યાર મન ક્ષુબ્ધ થાય ત્યાર શરીરને પણ તેનો ધક્કો લાગે છે આથી શાનત નૂત જતા શરીર નિર્મળ બને છે માટે પ્રેમથી ગુપ્તમાં જતો કેવલ એ એવી પ્રવૃત્તિ નક્કિ છે કે જોને આનંદાન્નિ દુન્યવી બુદ્ધિથી લાખૂમાં ગમી સકાય નહિ પણ સાત્ત્વિક બુદ્ધિથી ઉપન્ન થતા વિવેચનિયાન્યા જ લાખૂમાં નાખા

તપ્તિના વિચારોનો નાગ કળે આથો જ્યારે જ્યારે વિરાવિચારો
મનમાં ધૂમી જાય ત્યારે ત્યારે તેના વિરોધી વિચારો તેના ઇચ્છાઓ
અને વાસનાઓ નય જગ્યામાં સદાવત્ન થયે

અમુક મનુષ્યને તમાગ મિત્ર તરીકે માનવા માડા અને
અંગેષ તે તમારો મિત્ર જનશે તેને તમારો દુરમન ગણવા માડા,
ત્યારે પણ મન એ વિચારને મધુર્ણ જનારી તેમાંથી વસ્તુત
દુરમન ઉત્પન્ન કરશે મનની કાર્યસરણી જલ્દી છે અને તેના પગ
દાબૂ નાખી શકે છે તે જ ખરેખર સુખી છે

૮ સમાન વિચારોનું પરસ્પર આકર્ષણ

વિચારસૃષ્ટિમાં પણ 'સમાન તરવોનો આકર્ષણ મદાન નિયમ
પ્રવર્તે છે એક જ જાનના વિચારનાં લોકો જરૂર એકબીજા
પ્રત્યે ખેંચાવાના માટે જ એક જાનના પીઠાનાં પક્ષીઓ સાથે
જાય છે, મનુષ્યને તેનાં સોમન પગથી પારખી શકાય" વગેરે
દૃષ્ટાંતો પ્રચલિત થઈ છે

એ. ડો. ગ્રેને ખીંગ દાક્ટર પ્રત્યે તે એક દિનને
ખીંગ દિન પ્રત્યે નાણાનિક રીતે જ આકર્ષણ દોષ છે
એ. સમીતકાર ખીંગ સમીતકારને યાદે છે એ તરવેતાને ખીંગ
તરવેતા ગમશે, ત્યારે એક ગ્રંથકથાને ખીંગ ગ્રંથકથાની મોત્તમા
આનંદ આવે છે આમ, મનની અદર સમાન તરવોને આકર્ષણની
શક્તિ નેહી છે

હરના દરજ્જા તેમ જ અદરજ્જા પગિજોમાંથી જે જે વિચારો,
અસરો અને પગિજિયોનાં તમાગ પોતાના વિચાર અને પ્રતિભા
મળના હોય તેને તમે મનન તમાગ તરફ આકર્ષ્યા કરો છો

વિચારસૃષ્ટિમાં પણ સમાન વિચારવાળા જોડો એકબીજા
પ્રત્યે આકર્ષાય છે આ સમાન નિયમનું આપણને જ્ઞાન હોય કે

વિચારશક્તિ

ન હોય છતાં તે વગર અટકાયે પોતાનું કાર્ય જોઈ જાય છે

તમને મનપસદ એવા કોઈ પણ એક વિચારનું રટણ કરો, અને જ્યાં સુધી તમારું મન તેના પર જ કેન્દ્રિત રહેશે ત્યાં સુધી તમે જમીન કે દરિયા પર મને ત્યાં મુસાફરી કરતા હો ત્યાં દરેક સ્થળે તમે જાણ્યે અજાણ્યે તમારા આ મુખ્ય વિચારને અતુટ્ઠી સામગ્રીનો સતત સંગ્રહ કર્યે જશો. વિચારો એ તમારી અગત્ય માસિકાની વસ્તુ છે અને તેમને તમારા રચિ પ્રમાણે વ્યવસ્થિત કરી પ્રેરી શકો છો, પણ તે માટે તમારે સતત તમારી શક્તિનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

કયા વિચારોને આપણા હૃદયના નિયામક બનાવવા તે નક્કી કરવું તે આપણી જ ઈચ્છાની વાત છે. જે આન કરીએ તો જ આપણે તણખજાના માફક સંવેત્તોને પરિસ્થિતિના ગુલામ થતા અટકાવું અને વાતાવરણમાંથી આપણી ઈચ્છા પ્રમાણે ઘુલપ્રેરક વિચારોને આકર્ષી શકીશું.

૬. રૂપેનીશ ફક્ત કરતાં પણ ભયંકર વિચારોનો એક

માનસિક ક્રિયા એ જ સાચું કર્મ છે. વિચાર એ જ વીજળીના જેવું શક્તિવાળી કર્મ છે. સાથે સાથે યાદ રાખવું જોઈએ કે, વિચાર ખૂબ જ ઝેરી છે. અરે રૂપેનીશ ફક્તના રોગ કરતાં પણ વધારે ઝેરી છે.

નિયમો ને પ્રેરક બળો

તમામમાંનો આનંદો નિશ્ચય જીવનમાં પણ તેવો જ
આનંદનો નિશ્ચય ઉપજાવે છે. આનંદમાં મન બનેલા નાના
માગકોના રમતમાં નાચતા જોઈને આપણે હૃદય પણ આનંદમાં
બેસીએ છીએ.

જમ આપણા મનમાંના હર જીવનના મનમાં પણ હવે
મેંજી ઉપજાવે છે તેવી જ ગત આપણા હૃદયને ઉત્તમ નિશ્ચય
પણ જોઈને ઉત્તમ બનાવે.

આનંદો માગતના હતા ન પ્રમાણિક માણસને મળે તો
તો પણ આનંદો માગત માગતમાં નિશ્ચયના માણસને
મળે તો તો પણ હા પાડે માગે આનંદ, નિશ્ચય ઘણા જ વધે છે.

૧૦. માનવશાસ્ત્રના નિયમોના વ્યવહારમાં ઉપયોગ

વિચારશક્તિ

સમાયેલી છે અગાઉ જણાવ્યું તેમ, વિચાર એ અન્ય પદાર્થ માફક ધન દ્રવ્ય છે તમારો વત માન તમારા ભૂતકાળના વિચારોથી ધડાયેલો છે અને તમારું ભવિષ્ય તમાગ વત માન નિવાગેને અનુરૂપ વડાગે જે વિચાર સારા હોય તો જ સારા વાણી ને સારા કાર્ય ઉદ્ભવે વાણી ને કર્મ માન વિચારને જ અનુસરે છે

૧૧ વિચારના નિયમોનું હાઈ સમજો

દરેક મનુષ્ય વિચારના નિયમો અને તેમના ગર્ભક્ષેત્રનું સર્વાંગી જ્ઞાન મેળવવું જોઈએ ત્યારે જ આ દુનિયામાં સુખમય સ્થળી જનન જીવો શકાય આ નિયમોના જ્ઞાનથી જ પોતાના ઉન્નતિને સહાયક આના બધા બળો ને સંજોગોનો લાભ લઈ શકાય

આવો મનુષ્ય નિરોધી વિચારપ્રસાદને ખાજી તેના અસર નાબૂદ કરી શકે જરા નતે માનની પોતાનો જાતન ઇગ્ન પહોંચાડયા વિના પ્રસાદ સામે પણ સરગતામાં તરા શકે છે તેની જ રીતે મનુષ્ય પણ યાગ્ય વ્હાલ વનજી લઈ તેને અનુરૂપ વર્તન કરી વિરાધી નિવાગપ્રસાદોના અદર પણ સરગતાથી જીવનનોકા અનાની રાકે છે

જે આમ રી ગરુતો નવી તે ગુનામ બની જાય છે વિવિધ પ્રસાદોના બળથી આમતેમ કોટંગતો નિરાધાર રીતે બહાર ફેંટાઈ જાય છે નહીના પ્રસાદમાં ફોગોગાતા પામ્યા જેની તેની રિયતિ હોય છે આમ પામે સમૃદ્ધિ હોના છતાં તેનું જનન નિરાશ ને દુઃખમય હોય છે

જે સ્ત્રીમન્ના જ્ઞાન પામે હોજાય ન હોય, જોને દન્યાનું તેમ જ તે પન્ના રસ્તાનું ને દન્યાના પ્રસાદોનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન હોય તે જ સરજનાથી દરિયાઈ સદર ખેડી ને નહિતર નિરાવાગ રીતે તેની શ્રીમદ ગમે ત્યાં ધમી જઈ કોઈ હિમપર્વત કે ખડક

નિયમો ને ગ્રેરક બળો

સાથે અથરાઈને બુકો યહ મય તેવી જ રીતે, આ સંસારમાગમાં પ્રવાસી એવા છવને પણ વિચાર ને પ્રકૃતિના નિયમોનું પૂરેપૂરું જ્ઞાન હોય તો જ વગર અકસ્માતે સહેજાઈથી પોતાની સફર આગુ રાખી છેવટે ચાક્કસ પોતાનું ધ્યેય સિદ્ધ કરવાનો જ છે.

વિચારના નિયમો જો બરાબર સમજવામાં આવે, તો તમે તમારા ચારિત્ર્યને ઇચ્છા પ્રમાણે ધડી શકો. “જેવા વિચાર તેવો મનુષ્ય” આ વિચારનો સૌથી મહાન નિયમ છે. તમે પવિત્ર છો એવી ભાવના રાખશો તો જરૂર પવિત્ર થશો. તમે ઉમદા વિચારો સેવશો તો ઉમદા જ બનશો.

તમારી પ્રકૃતિને જ ફેરવી નાખી સારિયક બનાવો, બધાંનું હિત જ છોડો. હમેશાં સત્કર્મો આચરો, સર્વની સેવા કરો, ખીગ્નની મેંદા કરવા માટે જ છવો તો જ તમને સુખ મળશે અને સાનુકૂળ સંજોગો અને સુંદર તકો પણ તો જ તમે પ્રાપ્ત કરી શકશો. /

જો તમે ખીગ્નને ઇગ્ન કરશો, ખીગ્નની નિદા કરશો, જ્યાં ત્યાં વાંધક મચાવશો, ચાટીચુમડી કરશો, ખીગ્નને છેતરશો, ખીગ્નને ઠગોદટકો કરી કે ચારીને ખીગ્નની માથમિત્રકત પડાવી લેશો, ખીગ્નને દુઃખદાયક કોઈ પણ કૃત્ય કરશો, તો પરિણામે તમારે દુઃખ જ બેામવનું પડશે આથી તમારે પ્રતિકૂળ સંજોગો કે પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો જ પડશે.

આ વિચાર તેમ જ કુદરતનો કાયદો છે. જેવી રીતે તમે ઉન્નત વિચારોથી તમારા ચારિત્રને ઉન્નત કરી શકો અને અધમ વિચારોથી ચારિત્રને અધમ કરી શકો, તેવી જ રીતે સારાં કે ખરાબ કાર્યોથી પણ અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ સંજોગો પણ રચી શકે.

વિવેકશીલ માણસ હમેશા જાણે જ સાવચેત રહી આ

વિચારશક્તિ

અર પરિસ્થિતિનું ધ્યાન નાખ છે માથે સાથે તે પોતાની અદ્યન નિવારોનું પણ બાંધીબાંધી નિરીક્ષણ કરે છે

પોતાના મનઝંખી ઝાઝખાનામાં શુ ચાની રહ્યું છે તેની તેને બરાબર ખમર પડ છે વળી, અમુક સમય મનમાં કંઈ વૃત્તિ કે શુશુ પ્રવર્તે છે તે પણ તે બરાબર જાણી શકે છે પોતાના મનઝંખી વાર્તાનપના દગવાળમાં એકે ય હનુકા નિવારને તે પ્રવેશવા દેતો જ નથી આવો નિવાર છૂલવે તે પટેના જ તેના નાશ કર છે

નિવેદકની મનુષ્ય પોતાની અતર દષ્ટિથી, નિવેદકશક્તિથી જ ય વિચારસરણીથી પોતાના સદ્ગુણો સદ્ગુણ નિવારોને પણ સમજમાં રાખી જ ય વ્યગ્રિત વડ ઇ અત મહાન બાબ નિર્માણ કરે છે પોતાની વાણીમાં તે ખૂબ જ સાદગ્ય રાખે છે, તે જરૂર પૂરતું જ બોલે છે અને તેના ગમ્મો પણ મનુષ્ય અને પ્રેમાળ હાય છે, બીજાની નાજીની દુહાયા અવો એક પણ ઝેર સખ્ત તે બોલતો જ નથી

નિયમો ને પ્રેરક બળો

તે દર્શેશાં પોતાને માટે આનુકૂળ મંજૂરો તૈયાર કરવાનો યત્ન કરે છે જે બીજામાં મુખ ફેલાવવાનો પ્રયાસ કરે છે તેને દર્શેશાં મુખ જ મળવાનું, અને મુખને આનુકૂળ મંજૂરો તેને માટે તૈયાર થવાના જે લોકોમાં દુઃખ કે ભય ફેલાવે છે તેને માટે વિચારના નિયમ પ્રમાણે એક પ્રતિકૂળ સંજોગો ઉત્પન્ન થવાના કે જેની વિચારમયશક્તિ જ પોતાનું ચારિત્ર્ય ને મંજૂરો પડે છે.

માગ વિચારોથી ખગત ચારિત્ર્ય પણ બદલાવી શકાય છે અને મલકાર્યો કરવાથી પ્રતિકૂળ સંજોગોને પણ આનુકૂળ કરી શકાય છે.

૧૨. ઉન્નત વિચારોમાં કામ કરતા નિયમો.

જેના વિચાર તેવું જ જીવન જેના વિચાર તેવું જ વર્તન માટે તમાગ વિચારને જ શુદ્ધ કરો મુદ્દા વિચારોથી જીવન પણ સુદ્ધ જ બનવાનું.

કેવળ દુનિયાની વસ્તુઓનું જ ચિંતન કર્યા કરવું એ દુઃખ-રૂપ છે આવા વિચારો જ બાત પ્રાપ્ત થાય છે શદ્ધ વિચારની શક્તિ વીરજીની શક્તિ મળ્યા પણ અનેકમણી વધારે છે.

દંડિયોના વિષયમાં આમલન થયેલું મન બંધનમાં નાખે છે ત્યારે જે મન આવી રીતે આમલન થતું નથી તે મુક્તિને માર્ગે લઈ જાય છે મન એ મોટો ડાકુ છે ડાકુનો વધ થાય તો જ મનુષ્ય કાયમને માટે મુખી ને મુક્ત થઈ શકે માટે તમાગ મનને જીવવા રૂપી મહાન કાર્યમાં તમાગ જડું જગ વાપરો આ જ ખરેખરે પુરુષાર્થ છે.

આર્થત્યાગ એ મનની ગદ્દિ માટે શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે વિચારોને શુદ્ધ કરો એટલે તે ગાંઠ થઈ જશે મન ગ્રાંથ થયા વિના જ્ઞાનને ઢાંકી દેનારા અજ્ઞાનના ઘર દૂર થઈ શકશે નહિ.

વિચારશક્તિ

અન્નના સૂક્ષ્મતમ અગ્રભાગી મન અને છે જેવું અન્ન
તેવું મન અન્નના સૂક્ષ્મ અણુઓનું મનમાં ઉપાંતર થાય છે અન્ન
એટલે જો માત્ર જો દ્વાગ ખાત્તએ છીએ તે જ નરિ પણ બધી
ઇન્દ્રિયો દ્વાગ પ્રદણુ મરેન સ્તુઓ સમજવી

રેડ સ્થળે ઇશ્વરને જોના રીતે આખને માટે આ જ શ્રેષ્ઠ
ખોગર છે મનની શુદ્ધિના આવાગ અન્નની શુદ્ધિ પડ છે જ્યાં
તમા મનમાં ઉન્નત વિચારો દોષ તો જ નમે રાગે મારી રીતે
જોવાત માભગનાતુ ખાવાતુ વગેરે ર્થ મ્મી શકે

કાંઈ પણ વસ્તુને લીના પ્રચમાથી જોજો તો તે લીની દેખારો
તેવી જ રીતે મનઉપી પ્રચના ઇગ્રઓઉપી વિવિધ ગ્રથી બધી
વસ્તુઓ ગાનેની ભામે છે પણ ર્થી માનવિ ધિતિઓ લલિ
છે તેઓ માત્ર દુ ર ને નિગીગી જ ઉત્પન્ન રે છે

રમે ૥ મનની અન્નના રેગો કાંઈ પણ પ્રગતના પૂરત્રના ગુનામ
બનેા નરિ ગગ રે તેથી શુદ્ધિ શુની થઈ જગે અને વિચારગમિત
મદ પડી જગે અત્ર ગમગ આત્માનુ જ રમેગ ચિંતન રે આ
જ અત્ય સ્તુનુ ગારોગ ર ચિંતન છે વિચારો ર શક્તિ થના
ખાં જ આત્માનો પ્રમગ ગમગ છે જ્યારે મન સર્વ પ્રગની
જગિયાત ઇગ્ર નાસના ર દલાણથી મુત તન્ન ગાશામન્ન
ને ત્પાગે જ આત્માનો પ્રમગ તેમા પડે છે તો જ આનદનો
અનુભવ થાત રમેગા સતોના ગ્રનને અનુમરો
આપણા વિચાર મન અને ગારી ર્જિઓ પગ વિચર્ય
મેગનાનો ગા એ જ ગો છે ગને ત્તા મુની મન પગ
વિજય મેગ થો નથી ત્તા મુની નોક્કગ ને રાયી વિજય રેનાય
નહિ

૧૩ વિચારઉપી પાણુ કરતુ ચક

સ પ કરામા ખૂં જ સારવાન રહો જે જે વિચાર તમાગ

મનમાંથી બહાર નીકળે છે તે પાછો ત્યાં જ આવીને અટકશે મનમાંથી નીકળેલો પ્રત્યેક વિચાર આદિકર્ત્તન હથિયાર ‘મૂમરેંગ’ જેવો છે

જો તમે બીજાને ધિક્કારો, તો તમે પણ તિરસ્કારને પાત્ર બનશો. જો તમે બીજાને ચાહો, તો તમને પણ અદલામાં ચાહ મળશે

પાપમય વિચાર ત્રણ રીતે અનર્થકારક છે. પ્રથમ તો, વિચાર કરનારના મનને ઇત્ત કરે છે બીજું, જેના અંતર્ધી અગમ વિચાર ક્યો હોય તેને પણ નુકસાન કરે છે છેત્રે, તે આખું વાનાવણુ કૃપિન કદી અધી મનુષ્યમતિનું અદિત કરે છે

જો તમારા મનમાંથી વેગેના વિચારો કોઈના પ્રત્યે પ્રેરણા તો ખરેખર નમે તેના ખૂનનો જ પ્રવાસ કરે છે. સાથે સાથે તમારા પોતાના પણ ખૂની છો કાચુ કે તેઓ પાછા ફરી તમારો જ ધાત કરશે

જો પોતાના મનમાં પાપી વિચારોને જ આશ્રય આપો, તો તમારું મન ચુબકની પેઠે બીજાઓના પાપી વિચારોને જ આકર્ષશે, એટલે મળ વિચારો વધારે પાપમય બનશે

મનોમય અંતઃક્રિયા પ્રેરના દુષ્ટ વિચારો તેને મદલુ કરનાર મનને ઝેરી બનાવે છે એક આવા વિચારનું મૂળ ક્યાં કરવાથી તેની દુષ્ટતા મનને અકાંઈ જાણતી નથી તેથી આવા વિચાર કરનાર માણુમ કમે કમે તેવું કાર્ય કરવા પણ પ્રેરણ છે

૧૪. વિચારો અને મમુદનાં મોજાં

વિચારો મમુદનાં મોજાં જેવા છે તેઓ અસંખ્ય છે. તેઓને કામૂઆ જાણતાનો પ્રવાસ કરતાં ગરમ્ જ એકાએક અનેક મુદેલીઓ ફાટી નીકળશે.

વિચારશક્તિ

કેવળા- વિચારો ધીમા પાગે પણ મીન કેવળા વિચારો પાગીના કનની માક- ફરી ની ગગે જે જુના વિચારોને પ્રથમ નાથી દેવામાં આવ્યા હતા તે થોડા સમય પછી ફરીથી દેખા દેગે જતા દેખા પણ અમયે નિગળ થાયો નહિ અન્ન આત્મિક ૧૩ પણ તમને આ કાર્યમાં મદદ કરશે તે છેડે તમને જડ તમારા નાચમાં સફળતા મળશે તમારે અત્યારે જે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરો પડ છે તે જ મુશ્કેલીઓનો પ્રાચીન નાથી યોગીઓને પણ સામનો કરવો પડ્યો કે

માનવિ- આકૃતિઓનો નાશ કરાવું કાર્ય મુશ્કેલ ને લાજુ છે એ કે જે વિસમા બધા વિચારોનો નાશ કરી ગદાય નહિ ત્યારે માર્ગમાં વિદ્યુતે આકૃષ્ટ થઈ આરે ત્યારે વિચારનાશના તમાગ પ્રયાતના જગ પણ હીના પડા નહિ

મનોનાશ માટે તમાની જ વિચારો ને ધરતીએ ઓડી કરી એ પ્રથમ જગની વસ્તુ કે માટે જ તમાની ધરતીએ મને જડિયાતો તદ્દત ઓડી ને આથી વિચારો એની મેજે ઓડા થશે ને ધીમે ધીમે ૧૫ વિચારોનો નાશ થશે

૧૫ પવિત્ર વિચારોનો ગગ ને આકાશ

શુદ્ધ ભગવાન તે કે આપણે જે ધરતીએ તે મનુ આપણા વિચારન જ પરિણામ છે આપ ૧૧ વિચારો જ આપણને અનેક યોનિમાં ભગવાને છે માટે આપણે દમેગા આપણા વિચારોને શુદ્ધ કરાવો જ પ્રભાવ નવો જોઈએ

ત્યારે આપણે કોઈ યોગી પામે જરૂર ને યોગીએ કીએ તારે આપણને અન્નુ નાતિ નાગે છે આથી વિદ્યુતે ત્યારે આપણે માર્ગમાં માનની મોતમાં હોઈએ ત્યારે આપણને આત્મિક મેચેની થાય છે આનુ કાનુ એ છે કે યોગીના ચહેરા ૧૩ના પ્રહારન્ય

નિયમો ને ગ્રેસ્ક બળો

(ઓર્ડર)માંથી જાતિ ને આનંદનાં આદેવનો સ્ફુરે છે ત્યારે સ્વાર્થ-
પરાયણ-લોભી માણુગમાંથી ગ્રાસ્થનાં નિચાગે જ નીચે છે

વિચારની બીજી અમર અમુક યોગ્ય અનાગ ઉત્પન્ન કરવાની
છે નિચાગની જ્ઞાત ને પ્રમાણ પ્રમાણે વિચારની આકૃતિને જ ને
સ્પષ્ટતા પણ હોય છે વિચારની આકૃતિ એ જીવંતીજગતની વસ્તુ
છે અને વિચારની જ્ઞાનનાં તે પૂરેપૂરી ગીતે જ્ઞાન ને છે આમમાની
વિચારપ્રતિભાઓ ભક્તિનું સ્વચ્છ ને છે

સંન્યામીનાં વિચારોની પ્રતિભાને મુગ સાંગી ગગ હોય છે
અને તેમાંથી સફેદ રંગ જગતનો હોય છે ગ્રાસ્થ વિચારોનાં
જગતી અભિમાનનો નાગી અને ક્રોધનો નાન ગગ હોય છે

આપણે હમેશા આની વિચાર-પ્રતિભાઓથી રોગચેડા હોઈએ
છીએ અને આપણા મન ઉપર તેની ખૂબ અસર થાય છે આપણા
વિચારોમાનાં ચતુર્થાંજ વિચારો પણ આપણા પોતાના હોતા નથી
પરંતુ આપણે તેમને જાનાનજ્ઞમાંથી ઝડપી નીચેના હોય છે મોટે
ભાગે તે અશુભ જ હોય છે તેથી આપણે મનમાં ધ્યયના નામનો
જપ કરવો નેષ્ટએ કે જેથી જીને આપણે તેમની અનિષ્ટ અમર
માંથી બચી રહીએ

૧૬ વિકસિત મનમાંથી બહાર

પ્રમરતુ તેજ ને ગ્રેસ્કશક્તિ

જેની વિચારશક્તિ ખૂબ પ્રમાણમાં નિમગ્ન પામી હોય
તેમના મનમાંથી સમિતશાળી તેજસ્વળ નીચી વરેગ ઉપર ફેલાય
રહે છે

જેની મનશક્તિ ખૂબ ખીની હોય તેની અષ્ટ અસર ઓગ
મનોબળનાના માણુગ ઉપર અષ્ટ ગીતે જ્ઞાન આવે છે મુગ કે
મહાત્મા યોગીની ગિગ કે આમાન્ય મન ય પ જ અમર થાય તેન
બગબગ નજીન કનુ મુરકેન છે

વિચારશક્તિ

મુઠ્ઠા એક શબ્દ પણ ન જોલે છતાં માત્ર તેની હાલતીમાં રહેવાથી જ મન ઉપર જે ઉત્તમ ને પ્રેરક ઉત્તરોત્ક્રંશ અસર તેમ જ આનંદ ને પ્રેરણાની ભૂમિ પ્રસરી ગયે છે તેનું વર્ણન કરવું અસંભવ છે.

મનની સાથે માનસિક કે આધ્યાત્મિક તેજપુર્ણ હોય છે જ તેને અંગ્રેજીમાં 'ઓરા' કહે છે તે માનસિક ક્રિયાર્થી વિચારોના ધર્મણથી ઉત્પન્ન થતું તેજ કે પ્રકાશ છે જેઓએ પોતાના મનનો પૂરેપૂરો વિશ્વાસ સાધ્યો છે, તેઓમાં આ પ્રકાશ જ્ઞાનગતિ હોય છે તેનામાં દૂર અંતર સુધી પ્રવાસ કરી જે જે સોઢો ઉપર અસર કરવાની હોય તે તે-આગવશાળી સોઢો ઉપર જાન્યવંત અમર કરવાની મક્કિત કૌશલ છે આપણે યાદ ગણવું જોઈએ કે પ્રાણ કે મનના પ્રકાશ હરતાં આત્માનો પ્રકાશ તથા મક્કિતશાળી હોય છે.

૧૭. વિચાર ને પ્રકૃતિનું ગતિબળ

ગમગીન સ્વભાવવાળા સોઢો બીજા પોઢો તેમ જ આકાશગાના ઈંધરમાંથી નિગમામ્બ થતુઓ ને વિચારોને પોતાના નગ્ધ આર્થ છે.

આશા, શ્રદ્ધા, ઉત્સાહ, વગેરેથી પ્રકૃષ્ટિન સ્વભાવવાળા સોઢો બીજાઓ પામેથી આવ્યા જ વિચારોનું આકર્ષણ કરે છે અને પોતાના પ્રયાસોમાં દર્શેશાં અદ્યતા મેળવે છે.

નિરાશા, ક્રોધ, ઈર્ષ્યા, નિગ્રહ, વગેરે વિધાનક વિચારોવાળા મમગીન માણસો બીજાઓને સુખી કરે છે તેઓનો શ્રેષ્ઠ બીજાઓને લાગે છે જેથી તેમાં પણ આવી વિનાસક વસ્તિઓ ઉત્પન્ન થાય છે તેઓ મુતેગા છે માનવિક વિચારશક્તિમાં તેઓ લપ્ત કરે ઉપાન મચાવે છે.

નિયતો ન પ્રેરક બળો

પ્રકૃતિ આનંદી સ્વભાવના માણસો સમાજને આશીર્વાદરૂપ છે. કારણ કે તેઓ ખીજાઓને સુખી કરે છે

જેવી રીતે કોઈ યુવાન સુખ સ્ત્રીના ત્રાસ કે નાક પર ખેડાળ ચાંદુ હોય ત્યારે તે પોતાનું મુખ દાકી દે છે અને સમાજમાં બહુ ભગતી નથી, તેવી જ રીતે જ્યારે તમારી અંદર નિરાશા, વેરઝેડ કે ધ્યાના વિચારો પ્રસર્તના હોય ત્યારે તમારે પણ તમારા મિત્રો કે ખીજ લોકોથી દૂર રહેવું જોઈએ કારણ કે આની અસર ખીજાઓ ઉપર યથાથી સમાજને તે દુઃખનાયક થઈ પડશે

૧૮. વિશ્વવ્યાપી વાતાવરણમાં મનની પ્રમગ્ની શક્તિ

વિચારો ખરેખર મગજમાંથી નીકળી આસપાસ ભરે છે જ્યારે સાગે કે ખરાબ વિચાર મનુષ્યના મનમાંથી બહાર નીકળે છે ત્યારે અતરિક્ષમાના મનોભય દ્વારા ઉપર કુમ્ભરીઓ ઉપન્ન કરે છે, જે સર્વ દિશામાં ફર ફરતા પ્રદેશ સુધી ફેલાઈ જાય છે

તે ખીજાઓના મગજમાં પણ પ્રવેશ કરે છે હિમાયતની શુદ્ધિમાં રહેતો યોગી અમેરિકાના ખૂણામાં પણ શક્તિશાળી વિચાર પ્રેરી શકે આમ, શુદ્ધિમાં રહીને પણ જે પોતાને શુદ્ધ કરવાનો યત્ન કરતો હોય તે ખરેખરી રીતે દુનિયાને શુદ્ધ કરવાનો ને બધા લોકોને મદદ કરવાનો પ્રયાત્ન કરે છે તેના મનમાંથી બહાર નીકળતાં તેમ જ જેમને તેની જગર છે એવા લોકોના મનમાં પ્રવેશ કરતા આ શુદ્ધ વિચારોને કોઈ પણ અગ્રાવી શકે તેમ નથી

જેવી રીતે સૂર્ય પૃથ્વીની મપાટી પરના પ્રત્યેક પાણીના ડીપાને વગર અગ્નિ વરાળ બનાવે છે અને આ અગ્નિ વરાળ બધે જઈને તેમાંથી વાદળા બને છે તેવી જ રીતે

વિચારશક્તિ

આપણા એકાન યુગના ખૂણામાંથી જે વિચારો આપણે પ્રેરીએ તે
વાતાવરણમાં જોયે ચડી અત્યંતિમાં ગતિ કરશે અને તેની
જ નવના જીવન વિવાગે સાથે મળી આ જુદા વિવાગે
એવી બધી શક્તિ ઊભાન કરશે કે તેથી વિગેધી અગમ
બગેને ઊભાબિન્ન ઝગે નાખશે



સંકલ્પશક્તિની ઉપયોગિતા ને ઉપયોગ

૧. શુભ વિચારનાં આંદોલનો દ્વારા જીવનની સેવા કરો

સાચો સાધુ કે સંન્યાસી પોતાના વિચારનાં આંદોલન દ્વારા ગમે તે કાર્ય સિદ્ધ કરી શકે સંન્યાસી કે યોગીએ ઠોંધ પણ સંસ્થાના પ્રમુખ કે સામાજિક યા રાજકીય અગ્રણતા નેતા થવાની જરૂર નથી. આ વિચાર જે મૂર્ખાઈ-ભરેલો ને અર્થહીન છે

ભારતવાસીઓ હવે પશ્ચિમની માફક પ્રચારકાર્યનાં રસ લેતા થયા છે, તેથી તેઓ એવી માફક કરે છે કે સંન્યાસીઓએ બહાર નીકળી સામાજિક ને રાજકીય ક્ષેત્રોમાં પ્રવૃત્તિ કરવી જોઈએ. પણ આ દુઃખદાયક ભૂલ છે

સંન્યાસીએ કે સંતો હુનિયાને મદદ કરવા માટે, લોકોનાં મનને ઉન્નત બનાવવા માટે યુક્તા તરીકે બહાર નીકળી પણ ન જોઈએ એવું કંઈ નથી.

કેટલાક સંતો પોતાના પ્રત્યક્ષ દર્શનથી ઉપદેશ કરે છે. તેઓનાં શ્રવણ ને ઉપદેશરૂપ છે. તેઓની દષ્ટિ માનથી હઠ્ઠોનાં મન ઉન્નત બની શકે છે.

વિચારશક્તિ

અંત એ બીજાને ઇશ્વરસાક્ષાત્કારની ખાતરી આપનારી ચેતન મૂર્તિ છે. પવિત્ર સતોના દર્શનથી જ ઘણાને પ્રેરણા મળે છે.

સત તરફથી આવતા વિચારના આદોલનોને કોઈ અટકાવ શકે નહિ. તેઓના શુદ્ધ શક્તિશાળી વિચારના આદોલનો ધણે દુ સુધી મુસાફરી કરે છે, દુનિયાને શુદ્ધ કરે છે અને હજારો કે લાખે માણસોના મનમાં પ્રવેશ કરે છે. આમાં જરા પણ શંકા નથી.

૨. સૂચનો દ્વારા રોગનો નાશ

ડોક્ટરોને યોગ્ય સૂચનો દ્વારા રોગનો નાશ કરવાનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન હોવું જોઈએ. મેવાલાની લાગણીવાળા ડોક્ટરો ખૂબ ઓછા હોય છે. જોયો યોગ્ય સૂચનો કરી જાણના નથી તેઓ લાલ કરતાં હાનિ વધારે કરે છે. તેઓ કોઈ કોઈ વાર દરદીને કારણ વિના ભડકાવીને મારી નાખે છે.

જો કોઈ દરદીને સામાન્ય રીતે ને થોડોક કદ હોય તો ડોક્ટર કહેશે, “ભાઈ! તને ટી બી થયો છે, તારે બોવાલી, રિન્ટ્રેલ્સેન્ડ કે વિથેના જીવું જોઈએ. ક્ષયનાં ઇન્જેક્શનનો પણ ટ્રીટમેન્ટ લેવો પડશે.” બાપડો દરદી આથી ગભરાઈ જાય છે. વસ્તુતઃ ક્ષયનું એક ચિહ્ન હોવું નથી. ફક્ત શરીરથી જાતીયા થોડા કદ એકઠો થયો હોય છે. પણ ડોક્ટરના ખોટા વિદ્યાતક સૂચનથી હિપ્પત્ર થયેલ ભય ને ચિંતાને લીધે તેને ખરેખર ક્ષય થાય છે.

ડોક્ટરે આમ કહેવું જોઈએ, “અરે! કંઈ નથી, ફક્ત સાડી રાઈ છે. કાલ સુધીમાં તો સારું થઈ જશે. એક જીજ્ઞાસુ લઈ લે અને થોડુંક નીલગિરિનું તેલ જાતીએ ચોળજે ને સૂંઘજે. ખોરાક પણ હલકો કરી નાખજો. આજે હિપ્પાસ કરી નાખે તો વધારે સારું,” આવા ડોક્ટરને ઇશ્વરની માફક પૂજવો જોઈએ.

સંકલ્પશક્તિની ઉપયોગિતા અને 'ઉપયોગ'

પણ અત્યારના ડોક્ટરો કહે છે, “બે એમ કહીએ તો તો અમારો ધંધો ચાલે જ નહિ. આ દુનિયામાં જિંદગી પણ નહિ.” પરંતુ આ ખૂબ છે. હંમેશાં સત્યનો જ જય થાય છે. બે તમારામાં લડમનસાઈની લાગણી હશે તો લોકો દોડીને તમારી પાસે આવશે, અને કમાણી પણ ખૂબ જ ચાલશે.

આમ, સૂચન દ્વારા વગર દવાએ રોગ દૂર કરવાનું શાસ્ત્ર છે. સારા શક્તિશાળી સૂચન દ્વારા તમે ગમે તે રોગને મટાડી શકો. તમારે આ શાસ્ત્રને લાણીને અમલમાં મૂકવું પડશે. હોમિયોપથી, આયુર્વેદિક તેમ જ યુનાની એ બધી પદ્ધતિના ડોક્ટરોએ આ વિજ્ઞાન જાણી લેવું જોઈએ પોતપોતાની પદ્ધતિ સાથે આ પદ્ધતિ પણ અજમાવવી જોઈએ. આના સુમેળથી તેમના ધંધાનો ખૂબ જ વિકાસ થશે.

૩. યોગીઓ વિચાર પ્રેરીને ઉપદેશ કરી શકે છે

જે ખરા યોગીઓ એકાંતમાં શ્રવન ગાળે છે તેઓ જાહેરમાં વ્યાખ્યાન આપનાર યોગીઓ કરતાં પોતાના આધ્યાત્મિક વિચારોનાં સ્પંદનો અને સુબદ્ધ પ્રકારશક્તિથી દુનિયાનું વધારે કંપાણ કરી શકે છે. જેમની આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિ ગંભીરની હોય, અને જેમનું જ્ઞાન અપૂર્ણ હોવાથી જેઓ પોતાની અંદરની સુગુપ્ત તેમ જ પ્રગટ દિવ્ય શક્તિનો ઉપયોગ કરી જાણના નથી તેઓ જ જાહેર વ્યાખ્યાનો દ્વારા પ્રચાર કરે છે.

મદાન ગુરુઓ અને મહાત્માઓ પોતાના સંદેશ દુનિયાને ખૂણેખાંચરે પસતા લાયક સાધકોને વિચાર દ્વારા જ મોકલે છે. જે વ્યવહારનાં સાધન આપણને અસૌકીક લાગે તે યોગીને ખાટે તર્કન સ્વાભાવિક હોય છે.

વિચારશક્તિ

૪. વિચાર દ્વારા બીજા પર અસર

વાણીનો ઉપયોગ કર્યા વિના તમે બીજા ઉપર અસર કરી શકો. તે માટે વિચારને એકાગ્ર કરી તેને ઇચ્છાશક્તિ દ્વારા નિયંત્રિત રચળે પ્રેરવાની જરૂર છે આ જાસૂ 'ટેલિપથી' નામે ઓળખાય છે.

ટેલિપથીની સત્યતા નીચેના પ્રયોગથી સિદ્ધ કરી શકાય છે. દેશમાં રહેતા તમારા કોઇ મિત્ર કે ભાઇનો વિચાર કરો ત્યાર બાદ અષ્ટ રેખાંકિત તેના ચહેરાને તમારા મનમાં યાદ કરો. જો તમારી પાસે તેનો ફોટો હોય તો તેના તરફ દૃષ્ટિ કરી તેની સાથે વાતચીત કરો. જ્યારે રાત્રે પધારીમાં સૂઓ ત્યારે પણ મનને ખૂબ જ એકાગ્ર કરી તે ફોટાનું જ ચિંતન કરો. આનું પરિણામ એ આવશે કે તે તરત જ અથવા બીજો દિવસે તમારી ઇચ્છા પ્રમાણે તમને પત્રથી જવાબ આપશે. આનો તમે અનુભવ કરી જુઓ. તેમાં જરા પણ શંકા કરો નહિ. તેની સફળતાથી તમને આશ્ચર્ય થશે.

તમારી સફળતાથી ટેલિપથીના વિજ્ઞાનમાં તમારા શ્રદ્ધા હદ બનશે કોઇ વાર જ્યારે તમે કંઇ કામના હો અથવા હાપુ વાંચના હો ત્યારે એકાએક તમારા કોઇ પ્રિય મિત્ર કે સગાનો વિચાર આવે છે. આનું કારણ એ છે કે, તેણે તમને સંદેશો મોકલ્યા હોય છે અને તમારા સંજોગો તીવ્ર વિચાર ક્યો હોય છે.

વિચારના આંદોલનો પ્રકાર કે વીજળી કરતાં વધારે ઝડપથી ગતિ કરે છે. આંતરમન આ સંદેશો ને હાપને મોકલે છે છે અને મગૂત મનને મોકલી દે છે.

સંકલ્પશક્તિની ઉપયોગિતા અને ઉપયોગ

વિચારની શક્તિ ઘણી જ છે તમારા દરેક વિચારમાં બધી રીતે તેના પ્રમાણમાં નિશ્ચિત શક્તિ રહેલી હોય છે તમારું શરીરબળ, મનોબળ, જીવનની સફળતા, તમારી સોજનથી ઓગળે મળતો આનંદ—આ બધાનો આધાર તમારા વિચારો પર છે.

તમારે વિચારો કેળવવાની અને વિચારશક્તિ વધારવાની રીતો જાણી લેવી જોઈએ.

૬. વિચારમાં રહેલી શક્તિઓ—તેમનું મૂલ્ય

જો વિચારનાં આદોષનોની ક્રિયાશક્તિનું તમને સંપૂર્ણ જ્ઞાન હોય, જો વિચારોને કાબૂમાં રાખવાની પ્રક્રિયા તમે જાણતા હો, સ્પષ્ટ અને રેખાકિત શક્તિશાળી લાલદાયક વિચાર આદોષનોને દૂર પ્રેરવાની યુક્તિ જાણતા હો તો તમે આ વિચારશક્તિને સદૃશ વધારે ગણી અસરકારક રીતે વાપરી શકશો. વિચાર ખરેખર ચમત્કાર સર્જે છે.

અયોગ્ય ને અસાધ્ય વિચાર બધનમાં નાખે છે, ત્યારે યોગ્ય ને સાધ્ય વિચાર મુક્ત કરે છે. માટે હમેશા સારા વિચાર જ કરો અને મુક્તિ મેળવો. મનની શક્તિઓને સમજી લઈ, કેળવી તેમને વિકાસ કરી તેની અદર છુપાયેલી ગૂઢ શક્તિઓને બહાર લાવો. આંખો બંધ કરી ધોંધે ધોંધે મનને એકાગ્ર કરો. આથી તમે દૂરના દસ્થો જોઈ શકશો, દુરથી આવતા શબ્દો સાંભળી શકશો, માત્ર આ દુનિયા પર જ નહિ પણ બીજા ગ્રહ પર પણ ગમે તે સ્થળે સંદેશો મોકલી શકશો, તમારાથી હજારો માઇલ દૂરના લોકોને સાગ્ન કરી શકશો અને એક દાણમાં દૂરને સ્થળે પહોંચી શકશો.

મનમાં રહેલી શક્તિ પર વિશ્વાસ રાખો. તેમાં દાખવેલો રસ, ધ્યાન, ઈચ્છા, શ્રદ્ધા અને એકાગ્રતા જરૂર દિગ્વિજિત રૂળ લાવશે. યાદ રાખો કે, મન આત્મામાંથી તેની માયાશક્તિ દ્વારા ઉત્પન્ન થયું છે.

વિચારશક્તિ

૭. વિચારોથી થતા અદ્ભુત ચમત્કાર

જે જગ્યાએ તમે રહેતા હો તે જગ્યાએથી જ દુઃખથી ઘેરાયેલા તમારા મિત્રને દ્રિઘમોહનો સંદેશો મોકલીને મદદ કરી શકો. જે સત્યનો તમે સાક્ષાત્કાર કર્યો હોય તેનો સ્પષ્ટ ને ચોક્કસ સંદેશો પ્રેરીને સત્યના જિજ્ઞાસુ એવા તમારા મિત્રને સંગીન મદદ આપી શકો.

અંતરિક્ષમાં તમે એવા મનોમય સંદેશો પ્રેરી શકો કે જે તેને ઝીલી શકે તેમનાં હૃદય પ્રેરણા ઝીલીને ઉત્તર ને શુદ્ધ બની જાય.

જો તમારો સંદેશો પ્રેમાળ ને ખીગ્નને મદદગાર હોય તો તમારા મગજમાંથી બહાર નીકળી તમારે ધારેલે સ્થળે જશે, તે જ પ્રકારનો પ્રેમનો પ્રતિધ્વનિ સામાના મનમાં ઉત્પન્ન કરશે અને બમણા વેગથી પાછો તમારા તરફ વળશે.

આથી બિનદુઃ, જે તમે ખીગ્ન પ્રત્યે દૂપનો સંદેશો મોકલો તો તે મનુષ્યને દુઃખ આપશે. એટલું જ તદ્દિ પશુ, ત્યાથી બમણા વેગથી પાછો ફરી તમને વધારે દુઃખ આપશે.

સંકલ્પશક્તિની ઉપયોગિતા અને ઉપયોગ.

આ વિજ્ઞાન ઘણું આનંદ ને રસદાયક છે. તેમાં ધીરજ-પૂવક ખાંતની જરૂર છે. અન્નચર્ય પણ ખાસ જરૂરનું છે.

૧૦. આંતરમાનસશાસ્ત્ર અને આંતરવિચારો.

જેવી રીતે પવિત્ર ગંગા નદી દિમાવનમાં ગંગોત્રીથી નીકળી વગર અટક્યે સતત ગંગાસાગર તરફ દોડી રહી છે, તેવી જ રીતે મનની બીતર ઊંડાણમાં મુખ્ય સૂક્ષ્મ વાસનાઓ સંસ્કારરૂપે પડેલી છે તેમાંથી જાગૃત તેમ જ સુષુપ્ત સ્થિતિમાં વિચાર પ્રવાહો મનન ઉત્પન્ન થઈ જાણ વસ્તુઓ તરફ દોડવા કરે છે. રેલ્લે એંગલિન જેવી નિર્જીવ વસ્તુને પણ તેનાં પૈડાં ગરમ થઈ જાય ત્યારે તેને આરામ માટે છાપરા નીચે થઈ જઈ આરામ આપવામાં આવે છે. પણ મનરૂપી અદ્ભુત યંત્ર એક દાણનો આગમ લીધા વિના વિચાર ક્યે જ ગમે છે.

વિચારવિનિમય, વિચારવાંચન, દિમોટિક્ઝમ, મેસ્મેરીઝમ અને સૂચન દ્વારા રોગનિવારણ સ્પષ્ટ રીતે મનનું અસ્તિત્વ સિદ્ધ કરે છે અને બતાવે છે કે, ૫૦ કે આંતરમન જાણ્ય મનને કાબૂમાં ગળી શકે છે તેમ જ તેના પર અસર કરી શકે છે. દિમોટિક્ઝમ દ્વારા મુખ્ય દશામાં આવી પડેલા માણસ દ્વારા કંઠમાં આવતા ક્રબાણ વગેરે પરથી આપણે સ્પષ્ટ રીતે જ્ઞાની ગ્રંથોએ છીએ કે આંતરમન જરા પણ આરામ લીધા વિના ચોવીને કલાક કામ કર્યા કરે છે. આધ્યાત્મિક સાધના દ્વારા આંતરમન ને તેના વિચારોને બદલાવી નાખી નવા જ મનુષ્ય બનાવે.

૧૧. તીવ્ર આધ્યાત્મિક વિચારોમાં રહેલી શક્તિ

વિચાર એ જ જીવન છે જેના વિચાર તેણું વર્તન. તમારા વિચાર તમારી પરિસ્થિતિને ઘડે છે. તમારા વિચાર પર જ તમારો સંસાર ઘડાય છે.

વિચારશક્તિ

પશ્ચિમમાં શિક્ષકો બાળકોને સુદ્ધભૂમિના ચિત્રો બતાવે છે અને કહે છે, 'જન્મ ! જે આ ચિત્ર નેપોનિયનનું છે તેની બહાદુરી કેવી હતી !' તને લક્ષ્યરત્નો સનાપતિ કે મિગેડિયર જનરલ થવું ગમે ' આવી રીતે બાળકોના મનમાં બચપણથી જ હિમત રેડ છે તેથી જ્યારે તેઓ મોટા થાય છે ત્યારે આ સંસ્કાર દૃઢ થાય છે

૯ વિચાર-વિનિમયનો પ્રયોગ

✓ રાત્રીઆતમાં વિચાર-વિનિમયનો પ્રયોગ થોડા અંતર માટે કરવો તેમાં પ્રથમ તો રાત્રી આત કરવી

તમારા મિત્રને ૨૦ વાગે વિચાર પ્રદક્ષુ કરી રાત્રી તે માટે અનુકૂળ ને રાત્રી ગિયર મન રાખવાને કહેા સાથે સાથે અધારા બારણામાં બાબા ગીચી વજ્રસને કે પદ્માસને મેસનાનું લઈ

પડી બેસાવજ નક્કી કરલ અમય સદનો મોડનાનો પ્રવાસ કરા જ વિચારો તમારે મોડના હાથ તેના પર તમારા મનને એકાગ્ર કરા તમાને હૃદયસ્થિતિનું પણ તીવ્ર મનાવો વિચારો તમાના મનમાંથી મહાદ ગીદગી તમાના મિત્રના મગજમાં પ્રવેશ કરો

સંકલ્પશક્તિની ઉપયોગિતા અને ઉપયોગ

આ વિજ્ઞાન ઘણું આનંદ ને રસદાયક છે. તેમાં ધીરજ-પૂરક ખાતની જરૂર છે. અન્નચર્ય પણ ખામ જરૂરનું છે.

૧૦. આંતરમાનસશાસ્ત્ર અને આંતરવિચારો

જેવી રીતે પવિત્ર ગંગા નદી દિમાલયમાં ગંગોત્રીથી નીકળી વગર અટક્યે સતત ગંગાસાગર તરફ દોડી રહી છે, તેવી જ રીતે મનની બીતર ઊંડાણમાં સુષુપ્ત સૂક્ષ્મ વાસનાઓ સંસ્કારરૂપે પડેલી છે. તેમાંથી જાગૃત તેમ જ સુષુપ્ત સ્થિતિમાં વિચાર પ્રવાહો સતત ઉત્પન્ન થઈ જાણ વસ્તુઓ તરફ દોડવા કરે છે. રેખાવે એંગિત જેવી નિર્જીવ વસ્તુને પણ તેનાં પૈડાં ગરમ થઈ જાય ત્યારે તેને આરામ માટે છાપગ નીચે ક્ષત જઈ આરામ આપવામાં આવે છે. પણ મનરૂપી અદ્ભુત ચંત્ર એક ક્ષણનો આગમ ક્ષીધા વિના વિચાર ક્યે જ રાખે છે.

વિચારવિનિમય, વિચારવાંચન, દિમોટિક્કમ, મેરમેરીકમ અને સૂચન દ્વારા રોગનિવારણ સ્પષ્ટ રીતે મનનું અસ્તિત્વ સિદ્ધ કરે છે અને બતાવે છે કે, પર કે આંતરમન જાણ મનને કાબૂમાં રાખી શકે છે તેમ જ તેના પર અસર કરી શકે છે. દિમોટિક્કમ દ્વારા સુષુપ્ત સ્થામાં આવી પડેલા માણસ દ્વારા કરવામાં આવતા ક્રિયાઓ વગેરે પરથી આપણે સ્પષ્ટ રીતે જાણી શકીએ છીએ કે આંતરમન જરા પણ આરામ ક્ષીધા વિના ચોવીને કલાક કામ કર્યા કરે છે. આધ્યાત્મિક સાધના દ્વારા આંતરમન ને તેના વિચારોને બંધાવી નાખી નવા જ મનુષ્ય બનાવે.

વિચારશક્તિ

તે તમે તદ્દુસ્તીના વિચારો સેવો તો જરૂર તમે તંદુસ્ત બનશો. આથી બિનદુ, તમાગ મનમા રોગના જ વિચારો આવતા હોય, તમાની કોષપેશીઓ, જ્ઞાનતત્ત્વો હ્રદય, મગજ ફેક્સા, વગેરે નમળા ને રોગિષ્ટ છે એવો ભ્રમ પેમી ગયો હોય તો તમે કઠી આરોગ્ય, નૌદર્શ ને મુખ પ્રાપ્ત કરો શકશો નહિ.

જેમના યાદ ગયો કે નજીક એ મનનુ કાર્ય છે એમનું જ નહિ પણ, મનની શક્તિથી કાર્ય કરે છે.

તે તમાગ વિચારો તેજસ્વી ને શક્તિશાળી હશે તો તમારું શરીર પણ મજબૂત ને જોમળાળું બનશે. શ્રેય, શાંતિ, સતોત, ખનિનતા, અપૂર્ણતા, ક્ષિપ્તતા, રોગેના વિચાર તમને તેમ જ તમારી આવુતુઆવુતના મધાને અપૂર્ણ ને દિન મનારને માટે હમેના દિવ્ય વિચારો કેળવો ને મેવો.



વિચારશક્તિના ઝરા.

૧. વિચારોથી પ્રાપ્ત થતું આત્મદહાયક આરોગ્ય

મન એ શરીરની સૌથી અંદગી ઇન્દ્રિય છે અથવા શરીર ને મનની જોડી છે એમ કહીએ તો ખલુ ચાલે. મન એ સૂક્ષ્મ અદૃશ્ય અંશ છે, તો શરીર એ સ્પૃશ્ય દૃશ્ય ભાગ છે. જો આપણને, દર્દી, જઠર કે કાનમાં દુઃખ થાય તો તરત જ મન પર તેની અસર થશે. તે પોતાની વિચાર કલ્પાની શક્તિ ગુમારી ખેસશે. તે ઉશ્કેરાઈ જશે, અંધળ થઈ જશે યા નદન વિર્જિત બની જશે.

મનમાં નિગણા હોય તો શરીર ખલુ પોતાનું કાર્ય બરાબર કરી ગટે નહિ. શરીરને જે જે દુઃખ સહન કરવા પડે છે તે રોગ કે વ્યાધિ તરીકે ઓળખાય છે, ત્યારે મનને સતાવતી વાતનાઓ મૂળ દુઃખ કે આધિ તરીકે ઓળખાય છે.

શારીરિક તંદુરસ્તી કરતાં માનસિક તંદુરસ્તી વધારે અગત્યની છે. જો મન તંદુરસ્ત હશે તો શરીર જરૂર તંદુરસ્ત રહેવાનું જ. જો મન ને તેના વિચારો શુદ્ધ ને પવિત્ર હશે તો તમે આધિ, વ્યાધિ બનેથી મુક્ત રહી શકશો. “તંદુરસ્ત શરીરમાં જ તંદુરસ્ત મન રહેશે.”

વિચારશક્તિ

૨ વિચારથી ખીલતું વ્યક્તિત્વ

ઉન્નત વિચાર મનને પણ ઉન્નત બનાવે છે તે હૃદયને ઉદાર બનાવે છે. બધાકે વિચાર મનને ઉઝેરી મૂકે છે અને લાગણીને મનનિત છુટી ને નિહિત રે છે.

જેઓને પોતાના મિત્રાને તેમ જ વાણી ઉપર થોડો ધણો પણ સયમ લેવો તેઓનો ચહેરો શાંત મળીને, સુખ ને આનંદ થાય છે, તાપી મધુર હોય છે ને આખો તેજસ્વી પ્રકાશિત થાય છે.

૩ વિચારો શરીર પર અમર કરે છે

દરેક વિચાર, અમર થઈ નાનાની મરીરતા દરેક કોણમાં લીધે ધ્રુવગી ઉપનિષદ છે અને તેના ઉપર અપર ધાપ પા' છે.

છે યોગ વિચાર ને પ્રમળ પુરુષાર્થથી તે પોતાનો ભાગ-
નિધાતા બની શકે છે

કેટલાક અજ્ઞાનીઓ કહે છે, “ભાગ જ બધું કહે છે
માગ કર્મમાં જેમ વખ્યુ હશે તેમ થશે, તો મારે શા માટે
પ્રયાત્ન કરવો જોઈએ ? ભાગને કોઈ ફેરવી શકે નહિ.”

આ નરો નિરાસવાદ છે આથી પ્રમાદ, આગમ,
દીર્ઘચેત્તા ને કુખ જ ઉત્પન્ન થવાના કર્મના નિયમો સમઘી
આ સંપૂર્ણ અજ્ઞાન બતાવે છે આ સ્ત્રીન દોષભરેલી છે
સુદ્ધિશાળી માણસ કદી આવો પ્રશ્ન કરે જ નહિ તમાન વિચાર
ને કાર્યોથી તમે જ તમારુ ભાગ્ય ઘડી શક્યા છો

કયું કાર્ય પમદ કરવું ને કયું ન કરવું તે યાગતની
તમાનમાં સતત ઇન્દ્રિય ઝેરી છે કર્મ કર્યામાં આત્મન રોવાથી
કુષ્ટ એ કાયમને માટે કુષ્ટ નથી કુષ્ટને સતત નવનવા નાખે તો
તે થોડા સમયમાં સુધરી જશે તેના વિચાર ને કાર્યમાં પડે
આવશે આથી તેનું ભાગ્ય પણ મન્વી જશે તેનું ચારિત્ર્ય પણ
બદલાઈને તે સત મની જશે

જ્ઞાનદુ પુગમે મદનાઈને તેમાંથી વાંઘીડિ ઝરિ બન્યા
જગાઈ ને માધાઈનું પણ પગિર્નાન થઈ ગયું તે મધ્યા પહેના
ન મન્ના ખન જ્ઞાના તમે પણ યોગી કે જ્ઞાની થઈ નહો બને
તમારુ ભાગ્ય ફેરવી નહો તમાની ઇન્દ્રિયમાગ તમાન કર્મમાં પણ
ફેરવાઈ ગી શકો, તમાની મકુપનજિતને કેળવો યોગર ધિનાના
મુદ્ધ ને માન જ વિચાર કો તમારે તો ક્ષમ વિચાર કરાતો
છે ને તે પ્રમાણે વર્તવાનું છે નાન વિચારથી, સાન ઇન્દ્રિયથી,
માન કર્મથી તમે યોગી કે નલાધિપતિ થઈ શકો માન વિચાર ને
કર્મથી તમે દન્ડ કે શસ્ત્ર પણ થઈ નહો મનુષ્ય નિગધાન પ્રાપ્ત
નથી તેનામાં પોતાની સતત ઇન્દ્રિય ઝેરી છે/

માની શકીએ નહિ કારણ કે વસ્તુસ્થિતિ તદ્દન બુદ્ધિ જ છે દુનિયાના ધર્મો મદાન પુરુષો ગરીબાને ને કફોડી સ્થિતિમાંથી મદાન થયા છે

શહેરના ગરીબ ગંદા લતામાં જન્મેલા એવા ધણા દુનિયામાં શ્રેષ્ઠ પદે પહોંચ્યા છે તેઓએ રાજનીતિ, સાહિત્ય, મગીન, ઇત્યાદિ વિવિધ ક્ષેત્રોમાં ઉત્કૃષ્ટતા મેળવી ખૂબ કીર્તિ સંપાદન કરી છે તેઓની પ્રખ્યાત બુદ્ધિનો પ્રકાશ દુનિયાને માર્ગદર્શક દીવાદાંડીરૂપ નીવડ્યો છે આતુ' કાગ્લુ શું ?

સર ટી મુથુસ્વામી આયર જે મદ્રાસની લાઈકાર્ટના પ્રથમ હિંદુ ન્યાયાધીશ હતા તે તદ્દન ગરીબાઈમાં જન્મ્યા હતા તે શત્રે મ્યુનિસિપાલિટીની બત્તીએ વાંચતા, તેમને ખાસતે પૂસ્તકો ખોળકે પાળ ન હતો, તેમનાં વસ્ત્રો પલગીયર જેવાં હતાં તેમણે ખૂબ પ્રયાસ કર્યો અને મદાન થયા પોતાની તીવ્ર લોખંડ જેવી ઇચ્છા ને નિશ્ચયશક્તિથી પોતાના મંગ્લેગો પગ પગ મક્કીને જંચું મ્યાન પ્રાપ્ત કર્યું.

પશ્ચિમનાં મોગી ને મચ્છીમારોના દીકરાઓ પાળુ ધાન્ય જાંચા સ્થાને પહોંચ્યાના દાખલા છે જે ગેરીનાં બુદ્ધિપોલીશનું કામ કરતા, પીકાભા દાડ વેચતા અથવા હોટલમાં મધ્યના એવા લોકો પાળુ પ્રમિદ્ધ દુનિઓ અને નકિતધાળો સાહિત્યકારો બની શક્યા છે

જોન્મન તદ્દન વિરોધી વાતાવરણમાં જન્મેલો હતો. જોન્મન રિમથની વાર્ષિક કમાણી માત્ર ૪૦ પાઉન્ડની જ હતી મગ વોલ્ટર સ્ટ્રોકટ પાળુ ધણો ગરીબ હતો તેને એવાને મ્યાન જ ન હતું જેમ્સ રામ્સે મેકડોનાલ્ડનું છત્રન પાળુ નોંધપાત્ર છે કેમ કે તે પુરુષાર્થથી ભરપૂર છે તદ્દન ગરીબ મનુષ્યની અનિનાંધી તે ચિત્તનના પ્રધાનમંત્રીના ઉચ્ચ મ્યાને પહોંચ્યો અકવાડિયાના ૧૦ નિર્ધિગના મહેનતાણુથી તે ક્ષર પગ મગ્નામાં લખાણું લામ કર્મો

વિચારશક્તિ

૫. વિચારોથી થતી શારીરિક અવ્યવસ્થા

વિચારોમાંનો પ્રત્યેક ફેરફાર તમાગ મનમાં પશુ તે અનુસાર ફેરફાર કરે ■ અને તેની અસર મગજના જ્ઞાનકોષો દ્વારા સરીર પર થાય છે જ્ઞાનકોષમાં પ્રથમ તો વિચારની અસરથી ઘણા રાસાયણિક તેમ જ વિદ્યુત ફેરફારો થાય છે વિચારમાં આટલી સક્રિય રહેલી છે

તીવ્ર રાગ કે દુઃખ કાયમની છાંય, કોરી ખાનાગ ચિંતા, ગુસ્સાનો આવેશ, વગેરે સમીરના કોષોનો નાશ કરે છે, જેથી 'હૃદય, ક્ષેત્ર', 'મૂત્રપિંડ, બગેળ ને હોઝરીના રોગ થાય છે

આ બાબત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે મગજમાં ઉત્પન્ન થતા પ્રત્યેક વિચાર પ્રમાણે સરીખમાંનો દરેક કોષ હાં તો ઘટે છે કે વધે છે, મરે છે કે જીવે છે કાગ્ય કે જે જે વિચારોનું સ્વરૂપ કરવામાં આવે તેની માનસિક આકૃતિ પ્રમાણે શારીરિક પ્રતિકૃતિ થાય છે

ત્રિવિધારે કોઈ એક વિચાર પર મનને કેન્દ્રિત કરી તેનું જ ચિંતન કરવામાં આવે ત્યારે એક જ પ્રકારની વસ્તુનાં આંદોલનનું મગજમાં અનેક વાર પુનરાવર્તન થઈ તેના દેવ પડી જાય છે, આથી રૂઝમંચાવિન ક્રિયા બની ગઈનાં તેમા કંઈ પ્રયાત્ન કરવો પડતો નથી સરીર મનનું અનુમનન કરે છે અને તેમાંના ફેરફારને અનુકૂળ તેમા પણ ફેરફાર થાય છે વ્યારે આન મનને એકાગ્ર કરવામાં આવે ત્યારે આખો પણ મિથર ને અત્યંત બને છે,

૬. વિચાર આંદોલનોને અનુકૂળ ઉત્પન્ન થતું વાતાવરણ

જેનું ઘણી વાર કહેવામાં આવે છે કે મનુષ્ય એ પોતાના સવેનો અનુસાર ઘડાય છે. પણ આ સત્ય નથી આ આપણે

માની શકીએ નહિ. કારણ કે વસ્તુસ્થિતિ તદ્દન જુદી જ છે. દુનિયાના ધણા મદાન પુરુષો ગરીબાઈ ને કફોડી સ્થિતિમાંથી મદાન થયા છે.

શહેરના ગરીબ ગંદા લતામાં જન્મેલા એવા ધણા દુનિયામાં શ્રેષ્ઠ પદે પહોંચ્યા છે તેઓએ રાજનીતિ, આદિત્ય, અગીન, ઇન્ધાદિ વિવિધ ક્ષેત્રોમાં ઉત્કૃષ્ટતા મેળવી ખૂબ કીર્તિ મંપાદન કરી છે તેઓની પ્રખર બુદ્ધિનો પ્રકાશ દુનિયાને માર્ગદર્શક દીવાદાંડીરૂપ નીવડ્યો છે આતું કારણ શું ?

અરુ ડી મુયુસ્વામી આચર જે મદ્રાસની લાઇકાર્ડના પ્રથમ હિંદુ ન્યાયાધીશ હતા તે તદ્દન ગરીબાઈમાં ડીગ્રી દતા તે ગત્રે મ્યુનિસિપાલિટીની બત્તીએ વાંચતા, તેમને ખાવાને પૂરતો ખોરાક પણ ન હતો, તેમનાં વસ્ત્રો પણ ચીથરા જેવાં હતાં તેમણે ખૂબ પ્રયાત્ન કર્યો અને મદાન થયા પોતાની તીવ્ર લોખંડ જેવી ઇચ્છા ને નિશ્ચયશક્તિથી પોતાના અજોગો પર પર મક્કીને જિંમ્મું આપન પ્રાપ્ત કર્યું.

પશ્ચિમમાં મોચી ને મચ્છીમારોના દીકરાઓ પણ ધણા જ આ સ્થાને પહોંચ્યાના દાખલા છે જે ગેરીમાં બુટપોલીશનું કામ કરતા, પીંડામાં દારૂ વેચતા અથવા હોમ્સમાં નંધતા એવા લોકો પણ પ્રમિદ્ધ કરિઓ અને મકિલશાળી સાહિત્યકારો બની રહ્યા છે.

જેન્મન તદ્દન વિરોધી વાતાવન્યમાં ડીગ્રી દતો જોશુ સ્મિથની વાર્ષિક કમાણી માત્ર ૪૦ પાઉન્ડની જ હતી અરુ વોલ્ટર મ્કોટ પણ ધણો ગરીબ હતો તેને ગેરવાને આપન જ ન હતું જેમ્સ ગમ્મે મેકડોનાલ્ડનું ડાન પણ નોંધપાત્ર છે કેમ કે તે પુરુષાર્થથી ભરપૂર છે તદ્દન ગરીબ મળૂરની સ્થિતિમાંથી તે ચિટનના પ્રધાનમંત્રીના ઉચ્ચ અધિકારી પહોંચ્યો. અફવાડિયાના ૨૦ નિર્ધિગના મદેનનાણાથી તે કવર પર મન્નામાં લખાણું કામ કર્યો.

વિચારશક્તિ

તેની પાસે આ ખરીદવા જેટલા પૈસા ન હતા, તેથી તે આને બદલે પાણી પીતા. માત્ર રાજના ૩ આનાના સાદા હલકા ખોરાક પર તેમણે મહિનાઓ કાટ્યા હતા. તે એકી સાથે શિક્ષક-શિષ્યનું કામ કરતા. રાજનીતિ ને વિજ્ઞાનમાં તેમને અનહદ રસ હતો. તે જાપાના તંત્રી પણ હતા. પ્રજાન પુરુષાર્થથી તે પ્રધાનપદે પહોંચ્યા.

અદૈત વેદાંતના મહાન પ્રચારક શ્રી સંકરાચાર્ય ગરીબ કુટુંબ ને પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં જન્મ્યા છતાં બૌદ્ધિક ને આધ્યાત્મિક શક્તિમાં વિરાટ જેવા હતા. આના જેવા હજારો દાખલા છે. આથી સ્પષ્ટ રીતે દેખીતું છે કે ગમે તેવા પ્રતિકૂળ સંજોગો હોય છતાં ખંત, ઉત્સાહ, ધીરજ, સત્ય, પ્રમાણિકતા, સહાયતા, દૃઢ નિશ્ચય ને ધૃતિશક્તિ હોય તો માણસ સંજોગોથી પર જઈ પોતાની અંતર્ગત શક્તિઓને વિકસાવી શકે છે.

દરેક મનુષ્ય પોતાના સંસ્કાર સહિત જન્મે છે મન કંઈ મોટું કાજળ જેવી કોરી વસ્તુ નથી. તેની ઉપર પૂર્વજન્મનાં આપણાં વિચાર અને કાર્યોની જાપડાંથી સંસ્કાર પડેલા હોય છે. આ સંસ્કાર એ સુષુપ્ત ક્રિયાશક્તિ છે તેમાંના શુભ સંસ્કાર એ જ મનુષ્યની કીમતી મિલકત છે. મનુષ્ય ગમે તેવા મુશ્કેલ ને પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં હોય તો પણ તેને બદારની મુશ્કેલીઓ ને મંકડો સામે આ સંસ્કારોને લીધે મદદ મળી શકે છે. વળી, તેઓ મનુષ્યની પ્રગતિ ને વિકાસમાં સદાય આપે છે.

કોઈ પણ તંદને શુભાવે નહિ. દરેક પ્રસંગનો લાભ લેા. દેમકે તમારા વિદ્યાર્થ ને ઉન્નતિ માટે જ આ તક નમને આપવામાં આવેલ છે બે તમે રૂના પર કોઈ બીચાર માણસને નિરાધાર સ્થિતિમાં પડેલો જુઓ તો તેને ખબા ઉપર કે ગાડીમાં ઉપાડી તંદન નજીકના દવાખાનામાં લઈ જાઓ ને તેની

મેના કરે તેને ગરમ દૂધ, ચા કે કોફી આપો ને દિવ્ય ભાવથી તેના પગ ઘામે

તેની અદૃશ રહેવા સર્વવ્યાપક, સર્વજ્ઞ, આણુઆણુમાં જોતજોત ભગવાનનો અનુભવ કરે. તેની આખના નૂરમાં, તેની વાણીમાં, તેના શ્વાસમાં, તેના ધબકારામાં અને તેની નાડના વ્યાપક દિવ્યતાને જુઓ

દયા ને પ્રેમનો વિકાસ કરવાને, તમારા હૃદયને શુદ્ધ કરવાને, ધૃષ્ટિ, વેશજેર ને ધ્યાન દૂર કરવાને માટે જ ઇશ્વરે તમને આ તક આપી છે કદાચ તમે બહુ બીજા હો તો કોઈ વાર ઇશ્વર તમને એવા સંજોગોમાં મૂકશે કે જેથી જરીને તમારા શ્રવણે જોખમે પણ તમને હિંમત ને સમયસચ્ચતા બનાવવાની જરૂર પડે જે જે વ્યક્તિઓએ દુનિયામાં નામના મેળવી છે તેઓએ પોતાને મળતી બધી તકોનો લાભ ઉઠાવ્યો હોય છે ઇશ્વર આમ તકો આપીને જ મનુષ્યને ધડે છે

હમેશાં ધ્યાનમાં રાખો કે તમારી નિર્બળતામાં જ તમારું ખરું બળ રહેતું છે કારણ કે ત્યારે તમારી રક્ષા કરનાર તમે સતત પ્રયત્નશીલ રહેશો. ગરીબાઈમાં પોતાના સહગૃહ્ય રહેશો છે. કેમકે તેથી નમ્રતા, બળ, સહનશક્તિ, વગેરે ગુણો ફળવાય છે ત્યારે મોજશોખથી આગ્રસ, અભિમાન, નિર્બળતા, નિષ્ક્રિયતા ને અનેક પ્રકારના દુર્ગુણો શલે છે.

માટે વિષમ સંજોગો પ્રત્યે બળડો નહિ. તમારું જ પોતાનું માનસિક તેમ જ દુન્યવી વાતાવરણ સર્જો જે માણસ પ્રતિકૂળ સંજોગો સામે યધને પણ વિકાસ પામે છે, તે ધિરેધિર મહાન બને છે. તે કોઈનાથી મુજતો નથી. તેનો બાધો મનુષ્યત્વ ને જ્ઞાનતંત્રનો પોલાઈ હોય છે.

વિચારશક્તિ

મનુષ્ય એ ખરેખર સર્વેગોનો ગુલામ નથી તે પોતાની શક્તિ, ચારિત્ર્ય, વિચાર, સંકલ્પો ને યોગ્ય પુરુષાર્થથી તેના પર કાબૂ મળતી પોતાનો ઇચ્છા પ્રમાણે ફેરવી શકે છે. તાત્પર્ય પુરુષાર્થો લાગ્ય પણ પત્રી જાય આથી જ વશિષ્ઠ અને બ્રાહ્મણે લાગ્ય કરતા પુરુષાર્થને ચડિયાતો ગણ્યા છે. માટે જ પુરુષાર્થ કરો, પ્રકૃતિ પર વિજય મેળવો ને અજરામર સમ્પ્રિદાનદ આત્મામાં રમણ કરો.

૭. વિચારો દ્વારા થતું શરીરનું ઘડતર

શરીર ને તેના વિવિધ અવયવો એ માત્ર વિચારોનું જ રૂપાંતર છે શરીરનું સતત ધ્યાન ધરતુ મન પોતે શરીરરૂપ બન છે, તેમાં જંધાર્થ બન્ય છે ને દુઃખી વાય છે.

આ શરીર એ મને પોતાના આનંદો માટે ઉત્પન્ન કરેલ વિદ્યારસવાન છે, જેમાંની પાંચ સાંનંદ્રિયો દ્વારા મન પોતાની વિવિધ શક્તિઓને બહાર પ્રેરે છે, તેમજ બહારની દુનિયાનું જ્ઞાન ને આનંદ માણે છે. શરીર એ ખરેખર આપણા વિચારો, મનોવૃત્તિઓ, માન્યતાઓ અને ભૂમિઓએ મૂર્ત સ્વરૂપ ધારણ કરીને આપણી સમક્ષ સાકારરૂપે દેખાતી વસ્તુ છે.

જ્યાં શરીરનું મૂળ મન જ છે પાણી વિના મગીચા કેવો કે મન જ જ્યાં કાંઈ કરે છે અને તે જ સર્વશ્રેષ્ઠ શરીર છે. જો આ રમણ શરીર નાનું પાને તો મન પોતાની ઇચ્છાનુસાર નવાં શરીર ધારણ કરનારું જ. જો મન જડ થઈ ગય તો શરીર હાનિ દેઈ પણ કાર્ય થઈ શકે જ નહિ.

નનુખોના મોટા જ્ઞાનમાં મન મહદ્ અંશે શરીરના કાબૂમાં હોય છે. તેઓનાં મન જતાં પણ વિદ્યાર્થ પામ્યા હોતા નથી, આથી માટે જ્ઞાન અજનન્ય કાર્યના જ રહે છે. માટે વિજ્ઞાનનય

કોપનો વિકાસ કરે। અને વિજ્ઞાનમય કોપ (બુદ્ધિ) દ્વારા મનોમય કોપ (મન) પર અધિકાર મેળવે।

‘હું’ શરીર છું’ આ બ્રમભરેલો વિચાર જ સર્વ અનર્થનું મૂળ છે. આત્માને શરીર માનવો એ અસત્ વિચારનું પરિણામ છે. આથી દેહાધ્યાસ દ્વય યતાં શરીર પર આસક્તિ ને મોહ ઉત્પન્ન થાય છે. આનું નામ અભિમાન અભિમાનથી મમતા જન્મે છે આમ, મોહ ને આસક્તિથી જ જીવ બંધનમાં પડી દુઃખ ને પીડા ભોગવે છે



સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ

૧ નૈતિક શુદ્ધિ દ્વારા પ્રાપ્ત થતું સંકલ્પબળ જે માણસ હમેશા સત્ય બોલે છે અને જેનું જીવન નૈતિક શુદ્ધિનાં હાથ છે તેના નિવારણમાં ધણુ બળ હોય છે જેણે ખૂબ અબ્યાસયોગથી કોઈ પર નિર્ભર મેળવ્યો હોય છે તેની સંકલ્પશક્તિ અગાધ હોય છે |

જેની સંકલ્પશક્તિ તીવ્ર છે એવા યોગી એક શબ્દ બોલે તો પણ બીજાના મન પર એકદમ સચોટ અસર થવાની જ

સત્ય, સહૃદયતા, પત્રિયન, વગેરે ગુણો માનસિક શક્તિને ખાતર છે નરનશુદ્ધિથી જ્ઞાન અને અમૃતત્વનો પ્રાપ્તિ થાય છે શુદ્ધિ યા પવિત્રતા એ પ્રકારની છે. આત્મ કે માનસિક ને બાહ્ય કે શારીરિક

તેમાં માનસિક શુદ્ધિ પૂર્વાદે અગત્યની છે શારીરિક શુદ્ધિની પણ જરૂર તો છે જ અદ્વરના માનસિક શુદ્ધિ સિદ્ધ થતા મનની પ્રેક્ષનતા, એકાગ્રતા, ઇન્દ્રિયમયમ ને અધ્યાત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ સહેજે થાય છે

૨ એકાગ્રતા દ્વારા પ્રાપ્ત થતું મહત્વગળું

મનુષ્યના સકલપના રહની શક્તિને જ્યાં મર્યાદા નથી
જેમ જેમ તેનું મન વધારે એકાગ્ર તેમ તેમ એક બિંદુ પર
સકલપની અબાધ શક્તિ કન્દિત થવાની

દિનિયાના ગ્રામઘઘામા રચ્યાપચ્યા માણુમાના મનરૂઠી
સૂચના કરણો અનંક સ્થળ નિખરાઈ ગયના હાય છે, આથી
ચિત્તિય દિશામા તના સકિત વેડફાઈ જાય છે સતત અભ્યાસ
દ્વારા જ મનને એકાગ્ર કરવામા આવે તો જ તેને ઇશ્વર તરફ
વાળી શકાય

વિચારશક્તિ

કરો જ્યાર આમ અંક નિશ્ચય પણ નિશ્ચય કરતા હો ત્યાર તે
સિનાયના ખોળા કોઈ વિચયન મનમાં પ્રવરત કરવા દો નહિ જમ
જમ મન રખડવા માડ તમ તમ તને ફરીથી અડાઅ કરો

દાખલા તરીકે તમ જમદગુરુ ત્રી આદિ નકાચાર્યના
ઉવન અને ઉપદેશ સળધી વિચાર જવા માડા તો પ્રથમ તમને
જન્મરચણ, જાણુવન, ચારિત્ર્ય, વ્યાજ્ઞાત્વ, સદ્ગુણો, ઉપદેશ,
લખાણ, તરવજ્ઞાન, તમના અથા કંઈલાડામાના અગત્યના જાના,
પ્રસંગપાત તેમજે જાતાવેત્રી સિદ્ધિઆ, તમનો દિગ્વિજય, તેમના ચાર
સાધ્યા તેમજે રચાપલા ચાર મહે, ગીતા, ઉપાનિષદ તે પ્રહસ્યના
ઉપરના તેમના લાખ્યા વજર પણ વ્યવસ્થિત રીતે વિચાર કરો અંક
પછી એક આ વિષયો કમમાં લઈ તેના પર વિચાર કરો ને સપૂણ
રીતે બધી જામતોને આવરી લા વાગવાર મનને આના પર કેન્દ્રિત
કરો ને ત્યાં જાદ જ જીવન પ્રિય લા

આની રીતે અખ્યાસ કન્યાવી તમારા વિચારો વ્યવસ્થિત
થતા, માનસિક ગપો આવી સવાદ, આગેદૂન ને ન જૂમી રકાય
તેવી પરશ, ન તેમજુ જાગ પણ વણુ વધી જરો સામાન્ય
માપુમેના માનસિક મૂર્તિઆ સ્પષ્ટ, સુરખ ને વ્યવસ્થિત હોતી નવી

સ કલ્પશક્તિનો વિકાસ

બનશે એમ્ એમ્ એમ્ મારી ઇન્જારકિતવી ગમે
ત કરવાન સમય છુ આમ્ આમ્ આમ્ મારી ઇન્જારકિત
અગ્નેય છે એમ્ આમ્ આમ્ શુદ્ધ મ-પ જ રાત્રિસાળા
આધ્યાત્મિક બળ છે બપોર તાર્કિક ગ્વા માટે ત્યાર બધી
માનસિક શક્તિઓ જન્મ કે સારાસાર, વિવેકશક્તિ, યાદશક્તિ,
નિષ્કલ્પશક્તિ, પાતશ્વીત કરવાની શક્તિ, તર્કશક્તિ, નિવાનશક્તિ—આ
બધી શક્તિઓ અકલ્પ તો બન છે]

ઇન્જારક સકલ્પ અ જ સન માનસિક શક્તિઓનો
જ્ઞાત છે બપોર તન શુદ્ધ બળ શક્તિસાળા બનાવવામાં આવે
ત્યાર વિચાર ન સકલ્પ દ્વારા અદ્ભુત કાવો થઇ સકે અમલીન
ગ્રામ્ય વિજાર, મોજશાખ ન વાસના, ઇન્જાર્યાની ગુનામી,
વગેરેથી સકલ્પશક્તિ કુર્તિ થઇ વાય છે બપોર વીપશક્તિ,
સ્નાયુગળ, કાવ, સાર સનક સ-પશક્તિમાં રૂપાતર વાય
ત્યાર તથા સહનાઈથી ઢાળુમાં રાગી રાગાય છે પ્રેમગ
ઇન્જારકિતનાળા માણસન માટે આ દુનિયામાં કંઈ પણ
અસંભવિત નથી

તમને ઢાંઢી પીનાનુ બૂનુ બલન હાય ત તમ જોડી
દા તો તે બતાવ છે કે તમે અનુક અસ રસાદેન્દ્રિય પદ
નિર્જય મેગઆ છે, અક નાસનાના નાચ ગ્યા છે અને તે
પ્રાનની તમારી ધાડ આગી રી છે આ ઉપરાંત, હવે તમાર
ઢાંઢી મેગનસ માટે પ્રયાસ કરના પડશે નહિ અત તમે તની
દરનાથી પણ મુક્ત થયા હો તથા વાડ અસ સાતિ પણ
મળના આથી તમારી જ શક્તિ આજ સુધી ઢાંઢી મેગનનાના
ચિતા ન ધનાનમાં ખન્વાતી હતા અને તમારા મનને અસાન
કરતા હતા ત્હ હવે રૂપાતર થઇ ઇન્જારકિત ગની જન

વિચારશક્તિ

આમ, એક ઇચ્છા પર વિજય મળતા તમારી સકલશક્તિ વધી જશે, અને જે આવી પદ્મ ઇચ્છાઓ પર તમે વિજય મેળવો તો તમારી સકલશક્તિ પદ્મ ગણી મધારે બળવાન બનશે આ ઉપરાંત, આ વધતી શક્તિ તમને બીજી ઇચ્છાઓ પર કાબુ મેળવવાને પણ શક્તિસાગી બનાવશે

નનના રાપિત, રસસ્થિતા, આનંદી રસભાન, આંતરિક બળ, મુસ્કેન કાચ રસવાની તાકાત, બવા જાયોમા સફળતા, લોકો પર પડતો છાપ, આકર્ષક લગ્ન વ્યક્તિત્વ, બહુમત પર વિજય પ્રકાશ, ચમકતી આંખો, સ્થિર દષ્ટિ, જીવંદ અવાજ, પ્રભાવશાળી ચાલ, અણુનમ પ્રવૃત્તિ, અભય, ગમેરે ચિહ્નો જણાવે જે જે આ મનુષ્યની સકલશક્તિ વધતી જાય છે

૫ અષ્ટ વિચારસરણી માટે સાત સૂચનો

સામાન્ય મનુષ્યના મનમાં જેઠાં જાપ ઝાંખાં ને વિકૃત હોય છે તેના વિચાર શુ એ તે જાનુતો જ નથી તેના વિચાર તદ્દન અન્યનયિત હોય છે કોઈ કોઈ વાર તેના મનમાં ખૂન જ ધમાક હોય છે

માન વિચારકા, તરસો અને શાગીઓના વિચારો મુરખ ને મુરખ છાપનાળા હોય છે શાગીઓ તેમને મુરખ રાતે રાત્રી રહે છે જેઓ ધ્યાન ને એકાગ્રતાની સાધના કરે છે તેઓની માનસિક આકૃતિઓ મુરખ ને જાડી છાપનાળા હોય છે

આપણા વલ્લખરા વિચારો સ્થિર હોતા નથી તેઓ મનમાં આવે છે ને તન્ત જ નાસ્ત્રા જાય છે આવી તેઓ ઝાંખા ને અચોક્કસ હોય છે તેમની જાપ પણ સ્પષ્ટ, જાડી ને સુરેખ હોતી નથી

માટે જ તમારે તેમને સતત, સ્પષ્ટ ને બિંદુ મનનથી મગ્નજનના જાનના ઇન્દ્રિય વિચાર, નિર્વિધ્યાનન, મનન ને ધ્યાન

સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ

દ્વારા વિચારોને સ્થિર ને ચોક્કસ રૂપ આપવું જોઈએ, ત્યારે જ સનાતન તરફ અંતરમાં બિનરી શકે

સત્ય વિચાર, તર્કશક્તિ, અંતરદષ્ટિ દ્વારા આપણે વિચારોને અચ્છ પાઠદર્શક બનાવવા જોઈએ ત્યારે જ તેમાંના મોટાભાગે નાશ પામે ને વિચારો દૃઢ ને સ્થિર બને અષ્ટ વિચાર કરો વારંવાર અંતરદષ્ટિ કરી તેમને શુદ્ધ બનાવો એકાંતમાં મનન કરો ને વિચારોને મુદ્દ કરો, શાંત કરો

મનનો બિભરો શાંત કરો એક વિચારનું મોજુ ઉત્પન્ન થાય તેને શાંત થવા દો ત્યાર પછી જ બીજા વિચારને મનમાં પ્રવેશવા દો વર્તમાન કાળમાં જે કાર્ય નિમાગ હાથમાં હોય તેની સાથે અંબધ ન ધરાવતા તેના અદાગના વિચારોને દાંડી કાઢો

૬. ગાઢ મૌલિક વિચારમરણી માટે સાધના

યોગ્ય ને સત્ય વિચાર શું એ ધ્યાનપ્રમતે અચ્છ હોતી જ નથી તેઓના વિચાર છીડા હોય છે જૂઝ હોટો જ નાદ ગંડા વિચારો કરી શકે છે આ દુનિયામાં વિચારકોની અંખ્યા ધાની એાછી હોય છે

ગંડા વિચાર માટે સાધનાની જરૂર છે મનને મુદ્દ બનાવવાને માટે અમંખ્ય જાઓની જરૂર પડે છે ત્યારે જ તે નાદ ને યોગ્ય ચિંતન કરી શકે

વેદાન્તીની વિચારમળી, સત્ય, મૌલિક ને ચરણ છે વેદાન્તી સાધના (મનન, ધ્યાન, ચમેર) માટે મૂદમ શુદ્ધિની જરૂર પડે છે

મનન મનન, ચિંતન, અષ્ટ નિદિધ્યાસન, વસ્તુ તેમ જ પરિચિતિના મળમાં જવું મૌલિક ચિંતન, અધી વસ્તુઓને આવડી લેવું વિદ્યાન ચિંતન એ વેદાન્તી સાધનાનું દાર્ છે.

વિચારશક્તિ

જ્યારે કોઈ મંદ બુદ્ધિ કે પ્રેરક વિચાર તમે પ્રદર્શ કરે ત્યારે તમારા જૂના વિચારને તરબોળે જ પડે, પછી ભલે તે ગમે તેટલો મજબૂત ને સ્થિર હોય ।

તમારા ચિંતનથી નિષ્પન્ન થતાં પરિણામને ધરવાની તમારામાં દિગ્ધન કે તાકાત ન હોય, તે ગમે તેટલાં દિનકારક હોય છતાં તમે તેને પ્રદર્શ કરી શકો તેમ ન હો, તો તમારે તરવજાનની માથાફટમાં પડવું નહિ. તમારે માટે ભક્તિમાર્ગ સારો છે.

૭. સતત ચિંતન માટે જરૂરી ધ્યાન

વિચાર એ મહાન શક્તિ હોવાથી તેમાં અગાધ બળ રહેલું છે. આ શક્તિને ઐક્ય રીતે તેમ જ અસરકારક રીતે કેવી રીતે વાપરી શકાય તે જાણવું ખાસ અત્યવશ્ય છે. ધ્યાન દ્વારા જ આ કામ સરસ રીતે પાર પાડી શકાય.

વ્યાવહારિક વિચારશક્તિ એટલે જે વસ્તુ કે કાર્ય આપણે કરવાનું હોય તેના ઉપર મનને લગાડવું તે એકાગ્રતા એટલે ચિંતન સતત રાખવું તે આ મનને ક્ષિપ્તથી જેમ જેમ મન વિકાસ પામતું જાય તેમ તેમ તે શુદ્ધ, શાંત ને સ્થિર થતું જાય છે.

જ્યારે વસ્તુનું એકાગ્રચિંતન સતત હોય અને જ્યારે તેમાંથી મનને આનંદ, શાંતિ ને મુખ પ્રાપ્ત થાય ત્યારે તેને ધ્યાન કહે છે.

૮. મૂર્તક વિચારશક્તિ કેળવો

વિચાર એ જીવંતી જગતી મુક્ત શક્તિ છે-તેના બેટલી મુક્ત, શક્તિશાળી અને દુર્વર્ણ શક્તિ વિચારમાં બીજી એકેય નથી.

વિચારો ચેતન મૂર્તિમંત પદાર્થો છે. તેઓ જાતિ રહે છે. તેઓને આકાર, રૂપ, રંગ, ગુણ, ધનતા, શક્તિ ને યજ્ઞ હોય છે,

સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ

વિચાર એ જ માયુ' ર્થ છે તે સ્પષ્ટતાથી કર્મ તરીકે પ્રગટ થાય છે

એક આનંદનો વિચાર તેના પ્રતિબિંબરૂપે ખીજમાં પણ આમે તેવો જ આનંદનો વિચાર ઉત્પન્ન થાય અગ્રુષ વિચારને નિર્મળ કયા માટે તેનો વિરોધી શબ્દ તે ઉત્તમ વિચાર ઉત્પન્ન કરેલો જ નોંધવો

ઉપદેશ હવે વિચારને અમથી યનારીને જ આપણે મર્જક શક્તિ મેળવી શકીએ

૬. વ્યક્તિત્વનો વિકાસ કરો જીલ્લાં સૂચનોની આગે ધાઓ

ખીજનાં વિરોધી સૂચનોની અમર તમાગ પગ ન થાય તેનું ધ્યાન રાખો તમાગ પોતાના હવે વ્યક્તિત્વને જાગી રાખો આપણા પ્રભે કે કેમ નીચ વિરોધી સૂચન ત્રે કે કલ્પ તાર્કિક અમર ન કરી શકે તો પણ તે દુષ્ટાપિ તદ્દન નિષ્ફળ જતુ નથી યોગ્ય કાળે તેની અમર થવાની જ

શ્રેષ્ઠીજના મૂલ્યથી જ દુનિયા પડાય છે ને બદલે છે ખીજની સાથેના મદવાસથી આપણ ચારિત્ર્ય આપણને ખગર ન પડે તેવી રીતે ટેવવાય છે જેની આપણે પ્રશસા કરીએ છીએ તેનાં કાર્યોનું અજલપણે આપણા હાનમાં આપણે અનુકરણ કરીએ છીએ જેના જેના પ્રસંગમાં આપણે રોજ આવીએ છીએ તેની અમર આપણ પગ થવાની જ તેના સૂચનો આપણા મનના વિચારો સાથે અધઠાવાના જ નિર્મળ મનોભાવનાઓ માલુસ સગળ માનસિક શક્તિશાળી આજની નમી પડવાનો જ

નોંધર દમેગા માનિમ્ના મૂલ્યની અસર નીચે, સ્ત્રી પતિની, દરદી ડોક્ટરની ને ગિલ્ડ ગુરુની અમર નીચે હોય છે

વિચારશક્તિ

કહિ કે જિવાજ પણ મનનનું જ પરિણામ છે તમારો
પોતાક તમારી રીતભાત તર્કબુદ્ધિ અને તમારો ખોરાક પણ
સૂચનના જ પરિણામ છે

જન્મ પણ માણસને વિરિધ ગીતે મૂચન કરી દોરે છે
દોડતી નળિઓ, પ્રાણનો સૂર્ય ચાલી ફર્યો, જગતના જલો, ગરે
અવિરત ગીતે તમને મૂચનો પ્રેર્યા જ રે છે

૧૦ વિચારના નિયમનથી ઉત્પન્ન થતી અતિમાનુષી શક્તિઓ

મનની ગૂઢ શક્તિઓ પર નાથુ ધનરાજા શક્તિશાળી
માણુમ પ્રેતાની એકાગ્ર નિતિથી આખી મહાના માણુમો પર
ત્રિપ્રોતિક્રમ ની નકે છે અને દોડ્યા પગ નડાવેને પેન ફની મતાવે
છે તે આ શક્તિ નાન ફેન્ડ ફેડે છે અને મહાઅદોને સૂચન
આપે છે કે તે આ ફેન્ડા દ્વારા આ જગત અડશે ને તરત જ
આ મના ઇશાનના તો અદ્ભુત થઈ જશે પણ આતો ફેરોઆ
લેતા તેના મ્હ જ દેખાતુ નથી

નવ પગા તેલી શક્તિઓને અમળે ને જીવનમા ઉતારો
મનમા ધ્રુપાયેલી ગૂઢ શક્તિઓને પ્રજ્ઞ કરો આગો ૧૫ જો
મનને એકાગ્ર કરો અને મનના આનન્દ પ્રદેશના ફૂલો મારો,



વિવિધ પ્રકારના વિચારો ને તેમના પર વિજય

૧. નિરાશાવાદી વિચારોને દૂર કરો

તમાગ અથવા વિચારોનું બહુ જ સીવટપૂર્વક નિરીક્ષણ કરો. ધારો કે તમાગ મનમાં ગમગીન વિચારો દાખલ થઈ ગયા હોય તો તરત જ બેચેની થયા માંડશે ત્યારે દૂધ કે ચાનો એક પ્યાલો લઈ લો. આંખો બંધ કરી સ્વસ્થતાથી બેઠી ગમગીનીનું કારણ શોધી કાઢો ને તેને દૂર કરાનો પ્રયાસ કરો.

નિરાશાજનક વિચારો અને તેને પગિલામે ઉત્પન્ન થતી ગમગીનીને દૂર કરવાનો શ્રેષ્ઠ ઉપાય એ છે કે પ્રેરણાત્મક વિચારો અને આનંદદાયક વસ્તુઓનો વિચાર કરો ફરીથી યાદ મળે છે, પ્રકાશ લંબેશાં અંધારનો ખાસ કરે છે આ કુદગતનો ભવ્ય ને અવગતારક કાયદો છે

માટે જ અધિકાર કે નિરાશાના પ્રતિપક્ષી વિચારોને જ મનમાં સ્થાન આપો જે વિચારો તમારા મનને ઉન્નત કરે તેને જ ચેવો. લંબેશાં આનંદની જનો આનંદની સ્વભાવના કાયદા વિચારો. આનંદ એ તમારો સ્વભાવ જ બની જવો જોઈએ

વિચારશક્તિ

“હું આનંદ” આ સૂત્ર વારંવાર મનમાં રાખી કરો “હું આનંદમય છું” એમ અનુભવા મનને બાન થવું જોઈએ અને વચ્ચે આ બાનમાં લીન થઈ દમો.

આવાથી પણ કોઈ વાર તમે એકાએક ઉચ્ચ ભવ્ય પ્રદેશમાં જોવાઈ જાવો. અધિકારમય નિગરાને દૂર કરવાને માટે મગીન ખૂબ જ ઉપયોગી છે ખુફી દયામાં દોડો. આથી નમનીની એકદમ ઊંડી જાગે ગજલોગીઓની આ પ્રતિષ્ઠા બાવના કરવાની પદ્ધતિ બહુ મનને મહેતી છે.

નિગરાને આપણી નક્કિના અગ્રથી પગલે હાકી કાઢવાની મીતમાં મનને બહુ શ્રમ પડે છે, ત્યાં તે પગની અમરકાગક છે તેમાં તીવ્ર ધ્વજાનકિત ને નિવ્યાત્મક મનોવર્ગની જડ પડે છે આમાન્ય પોકોની નક્કિ મદાગની આ સાત છે ત્યારે નમનાત્મક અમર વિચારોને દૂર નહીં. માટે તેના પ્રતિષ્ઠા ઉભા વિચારોનું મેન મનુ એ મહેતું છે, આથી વળા વોડા નમયના અનિર્મીય વિચારો મનમાંથી દૂર દી જાગે આને અમનમાં મૂકી જુઓ થોડા સમય નિર્દયતા માટે તો પણ દિમલ દાગે નહિ થોડા પ્રયામે તમે જરૂર મક્કા થવાના જ.

આ જ પ્રમાણે તમે જીવ નકાનત્મક વિચારો ને વાગણીઓને પણ દૂર કરી શકો. જે કોઈનો આવેન આવ્યો હોય તો પ્રેમનો વિચાર ને જે ધર્મના વિચારો આવતા હોય તો જ્યાં તે ઉદાન્તાના વિચારોને મનમાં ધ્યાન આપો જે નિગરા જાતી હોય તો થોડા સમય અગાઉ તમે જોયે ન કોઈ ભવ્ય કુદરતી દ્રશ્ય અથવા પ્રેરણાજનક લખાણનો વિચાર કરો.

જે તમારું હૃદય કંઠો હોય તો જ્યાંનો વિચાર કરો જે વામનામના હોય તો અભિર્વર્ણના ક્ષયજીઓનો વિચાર કરો જે

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

અપ્રમાણિકતાનો વિચાર આવે તો સત્ય ને પ્રમાણિકતાને વિચાર કરો. જો લોભ ઉત્પન્ન થાય તો દાન ને દાનવીર પુરોનો વિચાર કરો.

મોહના આવેશમાં વિવેક ને આત્માનો વિચાર કરો. અભિમાન આવતાં નમ્રતાનો વિચાર કરો. ક્રભ વખતે તેનાં વિરોધી મરણતા ને નિષ્કપટતા તેમજ તેના મદાન કાયદાઓનો વિચાર કરો. ઈર્ષ્યા થાય ત્યારે ઉદારતા ને મદાનુભાવના બનાવો. ભયને સમયે દિંમત રાખો.

આવી રીતે તમે બધા નકારાત્મક દલકા વિચારોને દૂર કરી મનને ઉન્નત બનાવી શકશો. પણ આમાં સતત અભ્યાસની જરૂર છે. તમારા મિત્રોની પસંદગીમાં પણ ખૂબ સાવચેત રહો. વગર પ્રયોજને બોક્ષ બોક્ષ કરી નહિ માત્ર જરૂર પૂરતું જ બોલો.

૨. મનમાં ધૂસી ગયેલા વિચારો પર વિજય

વિચાર પર કાબૂ મેળવવાના પ્રયાસમાં શ્રદ્ધાસ્થાનમાં તો ખૂબ મુશ્કેલી નડશે. તમારે તેમની સામે ઋજૂનવું પડશે તેઓ પોતાનો અફો જમાવી રાખ્યા માટે પોતાથી અનવું બધું કરશે. તેઓ કહેશે, “મનનો આ પ્રદેશ અમારી જન્મભૂમિ છે તેના પર અમારો એકલાનો જ અનાદિ કાળથી ઇજ્જતો છે અમે તેને ખાતરી કરવાના જ નથી, અમે અમારા જન્મસિદ્ધ દક્ષ માટે જેનદ મુધી લડીશું.”

તેઓ તમારા પર નવની કુમલો કરશે જ્યારે તમે ધ્યાનમાં બેસશો ત્યારે એકાએક અનેક દુષ્ટ વિચારો ફરી નીકળશે જેવા તમે તેને ટાળી દેવાનો પ્રયાસ કરશો તેવા તે તમાગ પર બમણા જોર ને વેગથી દલકો કરશે પણ અંતે તો આપણા શુદ્ધ વિચારોનો જ વિજય થવાનો.

જેવી રીતે પ્રકાશ આગળ અધિકાર રૂપી શકતો નથી, જેમ ચિત્તો સિદ્ધ સામે ઘર્ષ શકતો નથી, તેવી જ રીતે મનમાં ધૂસી

વિચારશક્તિ

ગયેલા આ ગ્રંથા નિષેધાત્મક મહિન વિચારો બન્ન દિવ્ય વિચારો
આમે રૂપી ગકે નહિ તેઓ જરૂર નાશ પામવાના જ.

૩. ગંદા હાંપીલા વિચારોને હાંપી કાઢો

તમાગ મનમાંથી ગ્રંથા ચિત્તજડી, નકામા, ગંદા
વિચારોને હાંપી કાઢો નકામા વિચારો તમારા આધ્યાત્મિક વિકાસને
કંદેશે ગંદા વિચારો આત્માને માર્ગે પ્રગતિ કરવામાં અવરોધ
૩૫ અને છે

ગ્રંથારે મનમાં નકામા વિચારોને સ્થાન આપે ત્યારે
તેટલે અંગે તમે પરમાત્માથી દૂર છો. તેને બદલે ધ્વજનું જ ચિંતન
કરો જેટલા વિચારો સ્વાસ્થને મદદમાર થાય તેવા હોય તેટલાનું જ
ચેતન કરો. ઉમદા વિચારો આત્માની વિકાસ ને આધ્યાત્મિક
પ્રગતિ માટે ખાત ઉપયોગી છે

મનને પોતાને જૂને ગમે જૂના ચીજામાં ચાલવા દો
નહિ. કેમ કે તેથી તે પોતાની જૂની ટેવો ને ગંતલાત છોડી નહિ,
માટે જ જાનક નિરીક્ષણ ગમે.

જો જોશમાં હાંકરી ધૂરી ગઈ હોય તો તે આપણને પીકા
કરે છે. આપણે તરત જ જોડો કાઢી લઈ હાંકરી કાઢી નાખીએ
છીએ. આન, આપણે બરાબર સમજી લઈએ તો મનમાં ધૂરી ગયેલા
ગંદા વિચારોને પણ મહેલાઈથી કાઢી શકીએ. આ સંબંધી જગ
પણ ગંદા ન હોવી જોઈએ આ વાત તદ્દન જાણીતી, સ્પષ્ટ

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

મારવી નકામી છે. ત્યાં સુધી તે માત્ર ગુલામ છે અને પોતાના મગજરૂપી અધિકારમય કોટડીમાં કે ચાનાગ્નીડિવા જેમ ફફડાટ મચાવી મૂકતા પ્રેત જેવા વિચારોને આધીન છે.

૪. દુન્યવી વિચારો પર વિજય મેળવો

વિચાર પર સંયમ ગળી તેને કેળવવાનો પ્રયાસ કરતાં શરૂઆતમાં દુન્યવી વિચારો તમને ખૂબ પગલ્યશે. ધ્યાન કરતાં કે આધ્યાત્મિક માર્ગે ચાલતાં પલુ તેઓ નડે છે. પલુ જે તમે દિવ્ય વિચારો કેળવવાના તમારા અભ્યાસમાં નિયમિત રહેશો તો આ દુનિયાદારીના વિચારો ધીમે ધીમે પડાયન કરી જશે.

આ વિચારોને બાળા નાખ્યા માટે ધ્યાન એ અસિદ્ધ છે. બધા સાસારિક વિચારોને હાકી કાઢવાનો યત્ન કરો નહિ તમારા ચિંતનના વિષય સંબંધી પ્રથમ તો ઉદાર સુંદર વિચારો કરો, તેમાં ભવ્યતા લાવો.

હમેશાં તમારા મન પર કડક પહેરો બેસાડો અને તેની અંદરના વિચારોનું નિરીક્ષણ કરો છર્ષા, ક્રોધ, તિરસ્કાર, કામ, ચંચળતા, વગેરેની જર્મિઓ મનમાં જાડ્યા દો નહિ આ અધિકારમય વાદળો ને દુનિયાદારી છૂટાઓ ધ્યાન, શાંતિ ને જ્ઞાનના દુસ્મનો છે.

ભવ્ય દિવ્ય વિચારો દ્વારા તેમને હાંકી જ કાઢો. મનમાં ઉત્પન્ન થતા આવા સામાન્ય ને હલકા વિચારોને સારા વિચારો દ્વારા, મન કે દેહરૂપના નામના જપ દાન, ઇશ્વરના કોઈ પલુ સ્મરણના ચિંતન દ્વારા, પ્રાણાયામથી, દેહરૂપના નામના ગાનથી, સત્કાર્યોથી અને સંસારના દુઃખોનું મનન કરીને હાંકી કાઢો.

વિચારે તમારું મન શુદ્ધ થશે, ત્યારે તમારા મનમાં દુનિયાનો કોઈ વિચાર જાહેર જ નહિ. જેવી રીતે દુસ્મનને દરવાજા આગળ સામે થઈ અટકાવવો સહેલો થઈ પડે છે તેવી જ રીતે

વિચારશક્તિ

ગયેના આ ગદ્યા નિર્લેધાત્મક મનિન વિચારો ભવ્ય દિવ્ય વિચારો
આમે ગળી ચડે નહિ તથો જર નાથ પાનવાના ૪

૩ ગંદા હડીલા વિચારોને હાંડી કાઢે

તમાગ મનમાથી ગંદા મિનજડો, નકામા, નદ
વિનાગોને દાખી મદો નકામા વિનાને તમાન આધ્યાત્મિક વિકાસને
૨૬મે ના વિચારો આત્માને માર્ગે પ્રગતિ દેવામા અરશે
૩૫ મને છે

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

મારવી નકામી છે. ત્યાં સુધી તે માત્ર ગુલામ છે અને પોતાના મગજરૂપી અધિકારમય કોટડીમાં કે ચાનાચીડિયા જેમ ફરડાટ મચાવી મૂકતા પ્રેત જેવા વિચારોને આધીન છે.

૪. દુન્યવી વિચારો પર વિજય મેળવો

વિચાર પર સંયમ રાખી તેને ઠેળવવાનો પ્રયાસ કરતાં શરૂઆતમાં દુન્યવી વિચારો તમને ખૂબ પગલશે. ધ્યાન કરતાં કે આધ્યાત્મિક માર્ગે ચાલનાં પણ તેઓ નડે છે. પણ જ્યારે તમે દિવ્ય વિચારો ઠેળવવાના તમારા અભ્યાસમાં નિયમિત રહેશો તો આ દુનિયાદારીના વિચારો ધામે ધામે પસાવન કરી જશે.

આ વિચારોને જાણી નાખવા માટે ધ્યાન એ અમિશ્પ છે. જ્યાં સાંસારિક વિચારોને હાંકી કાઢવાનો યત્ન કરો નહિ. તમારા ચિંતનના વિષય સંબંધી પ્રથમ તો ઉદાત્ત સુંદર વિચારો કરો, તેમાં ભવ્યતા લાવો.

હમેશાં તમારા મન પર કડક પહેરો બેસાડો અને તેની અંદરના વિચારોનું નિરીક્ષણ કરો. ધર્મ, ક્રોધ, નિરસ્કાર, કામ, ચંચળતા, વગેરેની જમિએ મનમાં ગોઠવા દો નહિ આ અધિકારમય વાદળો ને દુનિયાદારી ધ્વજાઓ ધ્યાન, શાંતિ ને જ્ઞાનના દુનમનો છે.

ભવ્ય દિવ્ય વિચારો દ્વારા તેમને હાંકી જ કાઢો. મનમાં ઉત્પન્ન થતા આવા સામાન્ય ને હલકા વિચારોને સારા વિચારો દ્વારા, મંત્ર દે ઇશ્વરના નામના જ્વલ દ્વારા, ઇશ્વરના કોઈ પણ સ્વરૂપના ચિંતન દ્વારા, પ્રાણાયામથી, ઇશ્વરના નામના ગાનથી, સત્કાર્યોથી અને સંસારના દુઃખોનું મનન કરીને હાંકી કાઢો.

જ્યારે તમારું મન શુદ્ધ થશે, ત્યારે તમારા મનમાં દુનિયાનો કોઈ વિચાર ગોઠશે જ નહિ. જેવી રીતે દુશ્મનને દરવાજા આગળ સામે થઈ અટકાવવો સહેલો થઈ પડે છે તેવી જ રીતે

વિચારશક્તિ

જેવો દુનિયાદારી વિચાર હૃદયમાં ઉત્પન્ન થાય તેવો જ તેને અટકાવી દેવો એ સહેલું છે ઉત્પન્ન થાય તે પટોના જ તેને દાખી દે। તેનું બેડા મૂળ નાખના દા નહિ

૫ મહિન વિચારો પર વિજય મેળવો

જ્યારે તમે તમારું રોજના વ્યવહારના કામમાં રીત હો ત્યારે મનમાં મનીન વિચાર પ્રવેશતો નહિ, પણ જ્યારે તમે આરામ કરતા હો ન મન તબ્બ શૂન્ય હોય ત્યારે અશુદ્ધ વિચારો ચૂપકોથી અંદર પ્રવેશ કરી જશે જ્યારે મન આરામ કરતું હોય ત્યારે જ સચેત રહેનારું છે ।

એક જ વિચારનું વારંવાર આવર્તન થવાથી તેનું બળ વધે છે । જો એક વાર સારો કે ખરાબ વિચાર મનમાં આવ્યો, તો તે સાચો કે ખરાબ વિચાર પછી વારંવાર આવનારો જ

જોમ એક જ વાતના પક્ષીઓ ટોળે મળે છે, તેની જ રીતે સમગ્રતીય વિચારો એ જ ન્યૂને એ । વાચ છ જો તમે એક મનિન વિચાર કરો તો ખી ન અનેક મનિન વિચારો મેળા થઈ તમારા ઉપર હુલો જશે જો તમે એક સાચો વિચાર કરો તો

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

મનને દિવ્ય વિચારો, જપ, પ્રાર્થના, ધ્યાન ને પવિત્ર ધાર્મિક પુસ્તકોના વાંચનમાં જ લીન રાખો. જ્યાં વિરોધી વ્યાવહારિક વિચારો પ્રત્યે જગ પશુ ધ્યાન આપો નહિ એટલે તેઓ આપોઆપ ચાલ્યા જશે તેના પર મન કેન્દ્રિત કરો નહિ. ઇશ્વરને શક્તિ માટે પ્રાર્થના કરો. સંતોનાં જીવનચરિત્રો વાંચો. ભાગવત અને રામાયણનો રોજ ત્વાધ્યાય કરો. જ્યાં ભક્તોને આ મુસીબતમાંથી પસાર થવું પડ્યું છે માટે હિંમત રાખો.

૭. દૈનિક વ્યાવહારિક વિચારોને વશ થાઓ નહિ.

શરીર, પોષાક, ખોરાક, વ્યવહાર, વગેરે સંબંધી આપણા મનમાં ફાણે ફાણે રહેલા વિચારોને પરમાત્મચિંતન, પ્રકૃતિચિંતન અથવા હૃદયની અંદર રહેલ દિવ્ય આત્માના ચિંતનથી દૂર કરો આ કામ પર્વત પર ચડવા જેટલું મુશ્કેલ છે તેમાં ખૂબ જ ધીરજ, સતત અભ્યાસ અને આધ્યાત્મિક બળની જરૂર પડે છે.

શ્રુતિ પોષકારીને કહે છે “ નિર્બળ માણસ આ આત્માને પ્રાપ્ત કરી શકે જ નહિ જેઓ હૃદયપૂર્વક આત્માનું દર્શન કરવા ઇચ્છે છે તેઓ દુનિયાના જ્યાં ત્રિપયભોજોમાંથી પોતાના ચિત્તને વાળીને શાશ્વત ને સનાતન તરફ ધ્રુવના ચિંતનમાં જ પોતાની સર્વ શક્તિ લગાવે છે.

જેઓએ જ્યાં વાસના અને ત્રિપયભોગ સંબંધી સર્વ વિચારોનો નાશ કર્યો છે તેઓ જ સુખ, શાંતિ સમતાપૂર્ણ સનાતન ધર્મમાં જ શાશ્વત આનંદ માણે છે તેઓએ સમદૃષ્ટિ પ્રાપ્ત કરી હોય છે. ભેદ દૃષ્ટિ ને દૂરના બેડકાથી પર જઈને તેઓએ આધ્યાત્મિક ખજાનો પ્રાપ્ત કર્યો હોય છે આશ્વતના પડીકા સમાન આ મનનો નાશ કરો. આ તોફાની અને શક્તિશાળી મન જ જ્યાં રાગદ્વેષ, ભય ને દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે.

વિચારશક્તિ

જ્યારે દ્રવ્ય અને દર્શન મને સાથે મળી દ્રષ્ટામાં ત્રીન થઈ ગય ત્યાર જ આનંદ મને રહ્યો જ્યાં તુરંત જાગૃતિ નામ આગળાય છે ત્યાર જ અપાર જ્ઞાન જ્યાં આત્માનું સતત દેશન થાય છે, અને સત પ્રકાશના બહાર અને દેવો મૂળભૂતી નાલ પામે છે

દુનિયાની જડ વસ્તુઓ પ્રત્યે મોહ કેરનાર રાગ ને વેગેરે કનનનાં જાતમ જ અમુક વસ્તુ ગમતી છે અને અમુક અલગમતી છે એના બદલાન નવન નાન પાની જાય છે જ્યાં રિચિતિમાં થાળી સરીરમાં રહેના જતા સરીરનું જ્ઞાન પણ તરત જૂલી જાય છે, વરવી દૂર હોવા જતા યુસ્તીનું મન જેવી રીતે ધરના સર્વ જામ કન્ટી નખતે નરમાં જ દેવિત થયુ હોય છે તેની જ રીતે, જ્યાં થાળી પોતાના માના દરેક વિચાર પર કાળુ ધરાવે છે, અને પોતાના મનને મલ પડે જ દેવિત કરે છે

ભવિષ્યના દુનિયાની વસ્તુ મેળવનાની કોઈ પણ ચિંતા ક્યાં ચિંતા તમારું મન સતત સંકારી કરનામાં જ ત્રીન રાખે છે જેવી તમને જ્ઞાનપ્રાપ્તિ સુરભ થાય? મૂળ સાદાલોક દ્વારા દેવ, બદ લાય, મતમનાતન, સનના નાલ કરી મલના સચ્ચિદાનંદમય દિવ્ય પ્રકાશમાં ત્રીન થઈ જાય બનેા

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

નરીંગના આયુષ્યોની તમ ગિથિનિને ૬૦ કરી તેમને લીના
ક્રમથી મનન થયું આગમ ને જ્ઞાતિ મજે કે સાથે સાથે ત્રિમિત
જ્ઞાનતત્ત્વોને તેમ જ થાકેના આયુષ્યોને તાલગી મજે છે આવી
અપૂર્ણ જ્ઞાતિ ને જગ પ્રાપ્ત થાય છે જનાર તમે નરીંગ તથા
મનને આરામ આપતા હો ત્યારે વિવિધ પ્રકારના જ્ઞાનના રેટિયાળ
વિચારો મનના ધૂમના દેના ન જોઈએ ક્રોધ, નિરાશા, નિષ્ફળતા,
દુઃખ, દિનગીરી, મેચેની, કળિયો, રંગેરવી મનને ત્રમ પડ છે માટે
તેને દૂર હાકી કાઢો

૯ અત પ્રેરિત વિચારોનું ઊર્ધ્વાકન્ધ

વિચાર ચાર પ્રકારના છે પ્રતીક્રમે આધારે ઉત્પન્ન થતા
વિચારો, અત પ્રેરણાથી થતા વિચારો, હિમ્નિય થતા વિચારો અને
બાહ્ય વ્યવહારના રોજના વિચારો

સામ્યોના આધારે ઉત્પન્ન થતા વિચારો પ્રતીક્રમક છે
અત પ્રેરણા હિમ્નિયોના ઠાલના જતા વધાર નતિરાણી છ/શરીર,
ખેરાડ, પાણી, આન, વગર રોજના કાર્ય સજવા વિચારોએ
વ્યાવહારિક વિચારો છે

પ્રતીક્રમક વિચારોને તમે સટેલાઈથી અગ્રની શકો,
થયું અત પ્રેરણાજન્ય તેમ જ હિમ્નિય વિચારો અગ્રવાના
મુરકેન છે

ચિંતા ને ગુસ્સાને તિનાજનિ આપનાથી જ માનસિક અસ્થિતા
ને જ્ઞાતિ પ્રાપ્ત કરી સકાય ચિંતા અને ગુસ્સાના મૂળમા તો ખરેખર
ભય જ રહેલો છે, માટે બુદ્ધ જ માન્યેત જ્ઞાને નિવેકસકિત જાગૃત
ગાંધી દરેક જિતજરૂરી ચિંતાનો ત્યાગ કરો માન ઉત્સાહ, દિમિત,
આનંદ, જ્ઞાતિ ને ઉનાસનો જ વિચાર કરો આનંદવતી ચિંતિમા
૫૬ મિનિટ મન ને શરીરને તદ્દન દીના કરીને જોમા

વિચારશક્તિ

આરામ ખુબીના આરામથી પડવાથી પણ આ કામ સાધી શકાય આખો જીવ કામ જાત્ર વસ્તુઓ પરથી તમારા મનને ખસેડી લો. મનને સ્વચ્છ કરો કુટ્ટી નીકળવા વિચારોને શાંત કરો.

૧૦. વ્યાવહારિક વિચારોનું પ્રમાણ ઓછું કરો

સામાન્ય રીતે જોઈએ વિચાર પર સંયમ નથી તેવા માણસોના મનના એકી સાથે ચાર કે પાંચ પ્રકારના વિચારો ડોકિયાં કરતા જતણો ધરના વિચારો, નોકરી ધંધાના વિચારો, ઓફિસના વિચારો, શરીર સંબંધી કે અન્નપાત્રીના વિચારો, આદા ને અપકાર, પૈસા મેળવવાની યોજના, વેરભક્ષિ, સુવર્ણના, વગેરે વિચારોથી સામાન્ય રીતે મન બંધાયું હોય છે.

તમે જોઈને સાચા વધુ વાગ્યે કેાઈ રસદાયક પુસ્તક વાંચવાનો આનંદ માણી રહ્યા હો ત્યારે ચાર વાગ્યે સાર થતો ફિફ્ટ મેચ જોવાના આવતી મજાના વિચારો અચ્ચરનવાર તમારા વાચનમાં ખસેડા પાડો. માત્ર એકાદ મનવાળો યોગી જ એકી સાથે એક જ વિચાર પોતાની દૈન્યનુસાર અમે તેટલો જાણે સમય રાખી શકે.

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

૧૧ ત્રેરણાત્મક વિચારોને મગ્રહી ગએ!

જનનનુ ધ્યેય દિનનાની પ્રાપ્તિ છે તમે આ નવર દેવ નથી, તેમ જ પરિવર્તનશીલ વચન મન નથી. પણ નિત્ય, શુદ્ધ, છુદ્ધ, મુક્ત આત્મા ઓ એવો આહ્વાન થવો એ જ આ ધ્યેય છે

‘અને નિત્યોડય રાત્રોડય પુરાણો-આ પુનાણુ આત્મા અગન્ના, નિત્ય ને શાશ્વત છે -આ ત્રેરણાત્મક વિચારોને હમેશા યાદ રાખો! આ જ તમારું સત્ય અર્થ છે નામરૂપાત્મક આ નાનું હાથિકે દારીર એ તમે નથી તમે સમસ્યાઓ કે મુદ્દાઓ, મહંતા કે મેથ્યુ, મર્દો કે આપ્તે નથી અજ્ઞાનના હાથિકે આલાસથી અકસ્માત તમે આ ભ્રમમાં પડેના જો ગમૂત થાઓ અને તમે શુદ્ધ આત્મા ઓ એવું સત્ય જ્ઞાન મેળવો

ઉપનિષદમાં જણાવેનું બીજું અદ્વનુત ત્રેરણાદાયક મુત્ર આ રહ્યું - ‘ઈશાનામ્યમિદ્ સર્વમ્’ - વિનમ્રા જે વધ છે તે ઇશુ ઇશ્વરની નક્કિથી ચેતન જન્મુ છે ફૂન ને રીના ધાસ સાથે હમેશા છોડ, વાસ, ને ઝાડની ડાળાઓ સાથે હમેશા તમારા મના પાડોલી, ફૂતના, બિરાહી, ગાય, મનુષ્યો, રક્ષા અરે કુદનતની જમી નસ્તુઓ સાથે મૈત્રી બાધો આથો તમારું જીવન સંપૂર્ણ ને સમૃદ્ધ મનશે

૧૨ લબ્ધ ત્રેરણાદાયક વિચારોનું મનન કરા

જો તમારે સજ્જતચિત્ત વિકસિત કરી હાથ, જો તમારું વ્યક્તિત્વ વધુ હોય ને મહાન જનનુ હોય તો હમેશા ત્રેરણાદાયક લબ્ધ વિચારોનાજા કેટલાક પુસ્તક હમેશા તમારી સાથે રાખો ને તમારા દૈનિક જીવનમાં નજીક જાય ત્યાં સુધી તેમનું સારવાર મનન કરો

વિચારશક્તિ

અહીં નીચે મનને માટે અમુક મંત્રન વિચારો આપ્યા છે

(૧) મને અત્યંતમાર્થી હું તમ જ મન અને
મનના મન છે

(૨) મરીમાદ એ પ્રમાદનો મોટો ભાઈ છે

(૩) આત્માનું જ્ઞાન એ મોની માગે ખમ્મનો છે ધ્યાન
એ આત્મજ્ઞાનનો, નાં છે

૧૩. હાનિકારક વિચારોને બદલે નાશાહિતકારક વિચારો

કામ ને નિવેશના વિચારોને દુઃખના માટે અત્યંત
હાનિકારકનો અન્યાય કરો, નિવેશના સાદાશી માટે કે હરદર્શન
માટે તોનું દુઃખ રાખ્યા અને પરિવર્તનના અનેક ફાયદાઓનું
મનન કરો

તિવ્રસ્થ ને કોપના વિચારોને પ્રેમ, હામા દયા, ખેતી,
સાતિ, વેર્ષ ને અહિંસાના વિચારોથી મધ્યમમાં રાખવા જોઈએ

અભિમાન ને પુણ્યના વિચારોને નિવેશિત રીતે દીનતા ને
નિવેશના અન્યાયથી થતા ફાયદાઓનું મનન કરીને નાબૂદ કરવા
ચક્રાવ

વિવિધ પ્રકારના વિચારો પર વિજય

૧૪. વિચારોની હારમાળા

અનેકવિધ વિચારોની પગપગ જોડામાં આવે છે કેટલાક વિચારો ગ્રેસલ્યુરપે પ્રગટ થાય છે આ ઉપરાંત દૃશ્ય વિચારો, શ્રાવ્ય વિચારો, પ્રતીકાત્મક વિચારો, નિયમિત ટેવડપે આપતા વિચારો—આમ અનેકવિધ વિચારો જોડામાં આવે છે.

કેટલાક વિચારો રમત કે ખેલની માફક મનિચીત પણ હોય છે. કેટલાક વિચારો આવેગપૂર્ણ હોય છે, ત્યારે કેટલાક પરિવર્તનશીલ હોય દૃશ્યમાંથી શ્રાવ્ય ને શ્રાવ્યમાંથી મનિચીત રૂપ ધારણ કરે છે.

જેવી રીતે મન ને પ્રાણ વચ્ચે ગાદ સંબંધ છે તેવી જ રીતે સંકલ્પ ને શ્વામેશ્વાસ વચ્ચે પણ ધારો સંબંધ છે | જ્યારે મન એકાગ્ર થાય છે ત્યારે શ્વામેશ્વાસ ધીમે યાય છે જ્યારે ચિંતન ઝડપી બને છે ત્યારે શ્વામેશ્વાસ પણ ઝડપથી ચાલે છે | સાવકોગ્રાહ નામનું યંત્ર મનમાંના વિચારોને બરાબર ગતાવી શકે છે

૧૫. અધમ સંકલ્પો અને નૈનિક ઉન્નતિ

સંયમહીન સ્વચ્છંદી વિચારો એ જ બધા અનર્થાનું મૂળ છે મનન રીતે દરેક સંકલ્પ તરફ મક્કિનીત હોય છે. કારણ કે મનમાં ફાળે ફાળે બદલાતા અસંખ્ય સંકલ્પો કામ કરી રહ્યા હોય છે.

જેમ જેમ સંકલ્પો પર વધારે તે વધારે કામૂ ગામવામાં આવે તેમ તેમ મન વધારે એકાગ્ર બને છે આથી તેની શક્તિ ને સામર્થ્યમાં વધારો થતો જાય છે

અધમ ખરાબ સંકલ્પોનો નાશ કરવા માટે ખૂબ ધીરજની જરૂર પડે છે પણ ઉમંગ ભર્ય વિચારોના મેવનથી તેઓ બહુ સહેલાઈથી ને ઝડપથી નાશ પામે છે. વિચારની કાર્યપદ્ધતિથી અંગણ સંસારી વ્યક્તિ તિરકકાર, ક્રોધ, વેરઝેર કામ, લોભ,

વિચારશક્તિ

વગેરે બધા દલકા વિચારોનો શિકાર બને છે, આથી તેની ઇચ્છા-શક્તિ ને વિવેકશક્તિ નબળાં પડી જાય છે, જેને પરિણામે મનની દલકા સૂક્ષ્મ વિચારજનનમાં તે સપડાઇ જાય છે.

માનસિક શક્તિ સંપાદન કરવાનો સારામાં સારો રસ્તો એ છે કે હંમેશાં મનની શક્તિને અનેક રસ્તે વાળી શક્તિને વેડફી નાખનારા અનેકવિધ સસારી અધમ સંકલ્પોને કાબૂમાં રાખી હંમેશાં ભવ્ય, ઉન્નત ને ઉમદા વિચારોનું સેવન કરવું જોઇએ.

જ્યારે ટોણ પણ અશુભ મસિન વિચાર મનને પીડતો હોય ત્યારે તેને છુટવાનો સહેલો ઉપાય એ છે કે આપણે તેની તદ્દન અવગણના કરવી જોઇએ. આ અવગણના કેવી રીતે કરવી ? તેને તદ્દન ભૂલી જઇને તેને કેવી રીતે ભૂલી જવો ? ફરીથી તેને મનમાં પ્રાપ્ત થતો અટકાવીને અથવા તેનું મનન ન કરીને.

મનને તેનું મનન કરતાં કેવી રીતે અટકાવી શકાય ? તેને બદલે ધીમા રસનાયક, ભવ્ય ને પ્રેરણાજનક સંકલ્પ કે વિષયનું ચિંતન કરીને. અવગણના કરો, ભૂલી જાઓ, કંઈક ભવ્ય ને પ્રેરણાનાયક સંકલ્પનું ચિંતન કરો—અધમ દલકા વિચારોને દૂર કરવા માટે આ ત્રણ સૂત્રો મહાન સાધનારૂપ છે.

સંકલ્પનિયમન માટે સિદ્ધ સાધનાઓ

૧ એકાગ્રતા દ્વારા વિસ્તૃત્તિનિગેધ

મનમાં કૂટી નીકળતા વિચારોને ધ્યાન દ્વારા ઉભારાતા મનના આવેશોને ધ્યાત કન્યા માટે મનને નિઃચિન્તનમાં કોઈ મૂર્તિ વસ્તુ પર એકાગ્ર દ્વારા જેમ કે કોઈ કૂત, જુદા ભગવાનની મૂર્તિ, કોઈ સ્વપ્નમૂર્તિ, હૃદયમાંથી નિર્ગમન થતો કોઈ સતત અર્થ કે તમામ કષ્ટદેવનું ધ્યાન પાલ્લુ વાળે

દિનમાં નવું કે વાન વાન—જેમ કે, ધ્યાત મૂર્તિ, સવારના ૮, બપોરના ૪ અને સાંજના ૮—એમ અભ્યાસ કરે. ભરતો હૃદયમાં ધ્યાન કરે છે મન્યોગીઓ ત્રિફલી (જે મનનું ધ્યાન છે તે)માં ધ્યાન કરે છે તારે વેગનીઓ પરસ્પર પર મનને એકાગ્ર કરે છે ત્રિફલી એ મને જાગૃત્તિ વચ્ચેનું ધ્યાન છે

તમે નાકના અગ્રભાગ પર નાભિમાં કે મૂળાધાર વધે (કેરોડતા છે તો મહાકા નીચેના ધ્યાન)માં પલ્લુ મનને એકાગ્ર કરી શકો

વિચારશક્તિ

જ્યારે નકામા અસંબંધ વિચારો મનમાં ધૂમી જાય, ત્યારે તેમની પરવા કરો નહિ. આથી તે ચાલ્યા જશે. પણ બળજેરથી તેમને હાંકી કાઢવાનો પ્રયાસ કરો નહિ. આથી તો બ્રહ્મ તેઓ હઠે ભગશે અને સામો વિરોધ કરશે. આથી તમારી ઇચ્છાશક્તિ પરનો બોજો વધારશે ને બમણા વેગથી હસશે. કશો ભાટે તેમને બંધે દિગ્ધ વિચારોને સ્થાન આપે. આથી આ હલકા વિચારો ધીમેધીમે પોતાની મેળે ચાલ્યા જશે. આમ, એકાગ્રતાના અભ્યાસમાં ધીમેધીમે પણ મક્કમતાપૂર્વક આગળ વધો.

મનની ડહાપી ચંચળતાને અટકાવવા માટે એકાગ્રતા ખાસ જરૂરી છે. એકાગ્રતાથી મન એક જ રૂપ કે વસ્તુના ચિંતનમાં લાંબા સમય માટે નિયત થઈ શકે છે. મનને અનેક વસ્તુઓ પર ચુસ્તાંટ ખાતું અટકાવવા તેમ જ તેની એકાગ્રતાની આંડે આવનાં અનેકવિધ વિદ્યોને દૂર કરવા એક જ વસ્તુ પર મનને નિયત કરવાનો સતત અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

વિપક્ષી વિચારો ને વિપક્ષી ઇચ્છાઓનું વિરોધી તત્ત્વ એકાગ્રતા છે. આનંદ એ ચિંતાનો વિરોધી છે. એવી જ રીતે નિયત ચિંતન એ પણ ચિંતાનો વિરોધી છે. અસ્થિ વિચાર એ પ્રમાદ ને મુલીનો વિરોધી છે, ત્યારે આનંદનો બિભરો એ ધૂણાનો વિરોધી છે.

જ્યારે પગથોં પર મનને એકાગ્ર કરવું સહેલું છે, કાગળ કે મનમાં આભાવિક રીતે જ બદારના વિષયોમાં ભણવાનું વચન મહેલું છે. માટે શ્રીકૃષ્ણ, ગમ, નાસાયણ, દેહ, ભગવાન છસસ, વગેરેનું ચિત્ત તમારી દષ્ટિ સનકા રાખો અને મટકું નાચાં વગર

તેના તરફ એકાગ્ર દષ્ટિએ જુઓ. પ્રથમ મસ્તકને ધ્યાનપૂર્વક જુઓ, પછી શરીર ને છેવટે પગને આ ક્રમે આ ક્રિયાનું વારંવાર આવર્તન કરો. બ્યારે તમારું મન યાંત્ર યાત્ર ત્યારે ફક્ત એક જ સ્થાને દષ્ટિ રાખી આંખો બંધ કરો અને માનસિક ચિત્ર ખડું કરવાનો યત્ન કરો.

આ અભ્યાસથી ચિત્રની ગેરલાજરીમાં પણ તેને તમારા મનમાં ખડું કરી શકશો. સંકલ્પ થતાં જ એક દાણમાં માનસિક ચિત્ર નિર્માણ થઈ જવું જોઈએ ત્યાર બાદ તે ચિત્રને થોડી વાર મનમાં સ્થિર કરો. આનું નામ એકાગ્રતા આવો અભ્યાસ દરરોજ કરવાનો છે.

જો તમારા મનની એકાગ્રતાની શક્તિને વધારવી હોય તો તમારી સાંસારિક ઇચ્છાઓ અને પ્રવૃત્તિઓને મર્યાદિત કરવી જ પડશે તમારે રોજ નિયમિત રીતે થોડા કલાક નૌન પાળવું પડશે તો જ મન સહેલાઈથી એકાગ્ર થઈ શકશે.

ધ્યાન વખતે તમારા મનમાં સરોવરમાં માત્ર એક જ વિચારરૂપી તરંગ હોવો જોઈએ. આથી મન માત્ર એક જ વસ્તુનું રૂપ ધારણ કરે છે ને મનની બીજી બધી ક્રિયાઓ થંભી જાય છે. ;

૨. દંડ મનોબળ દ્વારા સંકલ્પનિયમન

ઉન્નતિના માર્ગમાં વિઘ્નકાંડ એવા અનિચ્છનીય વિચારો અને તેની ખરાબ અસર સામે ધવાની શક્તિ મનમાં કેળવવા માટે ખૂબ જ મનોબળની જરૂર પડે છે. આ મનોબળ વધારવાથી તમારા ઉપર માત્ર અંતઃના આત્માની ઉચ્ચ પ્રેરણા ને બહાગનાં પ્રેરક બળોની જ સુદર અસર થઈ શકશે નાટે હમેશાં તમારા મનને સ્થિર કરો : “હું નાગ મનને બંધ કરું છું”, હવેથી અસર

વિચારશક્તિ

તે દ્વંદ્વપરથી એ વિરોધી પ્રવાહોને આધીન છે માટે જ તેમને અમુક પદાર્થો ગમે છે અને અમુક પદાર્થો ગમતા નથી પણ તપસવી સાધક સમાગ્ના પદાર્થોની વચ્ચે રાગદ્વેષ વિના સંપૂર્ણ આત્મસંયમ સાથે નિયંત્રી શકે છે, આથી શાશ્વત શાંતિ મેળવી શકે છે

સંયમી પુરુષમાં દૃઢ ઈચ્છાશક્તિ હોય છે આથી ઇન્દ્રિયો ને મન તેની ઈચ્છાને અનુસરે છે તે માત્ર મગીંગના નિર્માદ્ય પૂરતા જરૂરી પદાર્થો મગદ્વેષ વિના સ્વીકારે છે શાસ્ત્રમાં નિર્દેશ કરેલ કોઈ પણ પદાર્થને તે ભોગવના ઈચ્છા વસ્તો નથી

૪ ચક્રકોષોને ઝોછા કરવાની કળા

રચના ખેતરમાં રણરના મોટા દુસ્રોની નજીકમાં નાના ઝાડ જાગી હોય તેને તેનો માનિક કાપી નાખે છે આમ કરનાથી તે મોટા ઝાડમાંથી રક્ષાદે રમ મેલરી નકે છે એવી જ રીતે તમારે અમૃતનમ પીવો હોય તો કાનજી નિવાગેને એક પછી એક ઝોછા કરવા પડશે /

જેવી રીતે આપણે ફક્તી ટોપલીમાં માત્ર સાગ જ ફળ મળીએ ત્રીએ ને ખરામ ફળને ફેંકી દઈએ ત્રીએ, તેવી જ રીતે તમારા મનમાં માત્ર આરા જ વિચાર રાખો ને ખરામ વિચારોને દૂર કરો

જેવી રીતે મોહો ડિવાની મોનવાસીમાંથી બહાર ડોકાતા દુકમનોના માથાને એડ એડ કરીને ડાપી નાખે છે, તેવી જ રીતે મનના જિ પ્રાણમાંથી જેમ જેમ વિચાર બહાર અપાતી પર આવતા જાય તેમ તેમ તેનો નાશ કરો

જ્યારે મનોનીની પૂઝડી ડાપી નાખવામાં આવે છે, ત્યારે ડાપેલો છેડો થોડી ચાર તરફ ડાટ ડે છે કાનજી કે હજી પૂઝડીના થોડા પ્રાણ અવગેન હોય છે એડ કે મે મિનિટ પછી બધી ગતિ

સિદ્ધ સાધનાઓ

બંધ પડી જાય છે. એવી જ રીતે વિચારોને ઓછા કરી નાખ્યા બાદ પણ થોડાક વિચારો મરોળીની ખૂંછડીની માફક ચંચળતા બતાવશે; પણ તેઓ શક્તિહીન હોવાથી તેમાં ચેતન હોતુ નથી, આથી તેઓ ગંભીર તુકેસાન કરી શકતા નથી |

જેવી રીતે કૂળતો માણસ પોતાને બચાવવા ધમપાડા કરે છે, તેવી જ રીતે આ ચેતનહીન વિચારો પોતાની અગાઉની શક્તિ ને ચેતન પ્રાપ્ત કરવાને ખૂબ પ્રયાસ કરે છે. પણ જો તમે નિયમિત રીતે તમારી ધારણા ને ધ્યાનના અભ્યાસને ચાકુ રાખો તો તેઓ ઘી વિનાના દીનાની જેમ પોતાની મેજે જ નાશ પામશે.

રાગ, અહંભાવ, ધર્મા, અભિમાન ને દંપનાં મૂળ ધણું બંડાં ગયાં હોય છે. જો તમે વૃક્ષની ડાળીઓ કાપી નાખો તો તેઓ થોડા સમય બાદ ફરીથી ફૂટશે તેની જ રીતે, જે વિચારો થોડા સમય માટે દબાઈ જાય છે કે ઓછા થાય છે તે ફરીથી ફૂટી નીકળે છે. માટે જ તેમને નિર્મૂળ કરના માટે પ્રખર પ્રયાસ કરવો પડે છે અને મનન, ધ્યાન, વગેરે સાધનો સતત કરવાં પડે છે.

૫. નેપોલિયનની પદ્ધતિ દ્વારા વિચારો પર વિજય

જ્યારે તમે કોઈ એક વિષય પર વિચાર કરતા હો ત્યારે ખીજા વિચારોને મનમાં પ્રવેશ કરવા દો નહિ. ઘખલા તરીકે, જ્યારે તમે શુદ્ધાખનાં ફૂલનો જ વિચાર કરતા હો ત્યારે માત્ર વિવિધ પ્રકારનાં શુદ્ધાખનાં ફૂલનો જ વિચાર કરો. ખીજા કોઈ પણ વિચારને મનમાં પ્રવેશ કરવા દો નહિ

જ્યારે તમે દયાનો વિચાર કરો ત્યારે માત્ર દયાના વિચારો જ મનમાં પ્રવેશ કરવા દો, ત્યારે ક્રમા કે ઉદ્ધરતાનો વિચાર કરો નહિ. જ્યારે તમે ગીતાનો અભ્યાસ કરતા હો, ત્યારે આ કે 'ક્રિકેટ'મેચનો વિચાર કરો નહિ. તમારી પાસેના વિષયમાં રીતે સંપર્ક પછે હીન થઈ જાય.

વિચારશક્તિ

તેષામિયન નીચેની પદ્ધતિથી પોતાના વિચારો પર સચમ રાખતો તે ડહ છે જ્યારે મારે સુદર આકર્ષક વિષય પર વિચાર કરનાની ઇચ્છા થાય છે, ત્યારે જીવનના અપ્રિય પરિણામોના વાદી આપનારા મારા મનના ખાનાને કુ બંધ કરી દઉં છું તે વધારે આનંદદાયક વિચારોવાળા મનના ખાનાને કુ ઉઘાડું છું જ્યારે મારે સૂવાની ઇચ્છા થાય ત્યારે મનના બંધા જ ખાના બંધ કરી દઉં છું

૬ અગુણ હલ્લકા વિચારોને મનમાં પ્રવેશતા અટકાવો

ધારો કે અગુણ વિચારો તમારા મનમાં ૧૨ કલાક રહે છે અને દર નાજે દિવસ ફરીથી આવે છે જો તમે રોજના નિયમિત એકાગ્રતા ને ધ્યાન દ્વારા તેમને ૧૦ કલાક જ રહવા દો અને અકનાડિયાના માન અક વખત ફરીથી આવવા દો તો એ હખાતી પ્રગતિ છે જો તમે આમ અભ્યાસમાં મડયા રહશો તો તેમનો રહવાનો ને ફરીથી આવવાનો સમય ધીમે ધીમે નહન ઓછો થઈ જશે છેવટે તેઓ તક્ત નાશ પામશે

તમારી હાનની માનસિક સ્થિતિને ગયા વરસની અને તે વરસ પહેલાની સ્થિતિ સાથે સરખાવો આવી તમે તમારી પ્રગતિ માણી રાગો રક્ષાતમા પ્રગતિ બહુ જ ધામી જણાશે ત્યારે તમારા મિત્રાસ ને પ્રગતિનુ માપ નાહુ તમને મુશ્કેલ જણાશે

પડે છે કહેવત છે કે ' દુષ્ટને આગળી આપો તો કાકુ પડશે ' દુષ્ટ વિચારોને પણ આ લાગુ પડે છે

૮ ખરાબ સકલ્પને ઊગતા પહેલા જ દાબી દો

જેમ ડોઢ ફૂતરો કે મવેડુ આપણા ઘરમા પ્રવેશ કરવા આવે ત્યારે આપણે તરત જ બારણું બંધ કરી લેએ છીએ, તેની જ રીત ડોઢ પણ ખગળ વિચાર તમારા મનમા પ્રવેશ કરી મગજ ઉપર ખગળ છાપ પાડે તે પહેલા જ તેને મનમા આવતો અટકાવી દો. આથી તમે થોડા સમયમા જ ઝાની ચરો અને શાશ્વત સુખશાંતિ પ્રાપ્ત કરશો.

કામ, લોભ ને અહતાને દૂર કરો. માન શુદ્ધ વિચારોને જ મનમા સ્થાન આપો. આ કાર્ય ટેમ્પરી પર ચડવા જેનું મુશ્કેલ છે. બતા પણ તે ક્યે જ છૂટકો છે થોડા સમય બાદ જરૂર તમે તમારા પ્રયાસમા સફળ થશો.

એક દુષ્ટ વિચારને દાબી દતા બીજા દુષ્ટ વિચારોનો નાશ કરવાનું બળ તમારામા ઉત્પન્ન થશે જેને લીધે તમારી આધ્યાત્મિક શક્તિ ને હિંચાશક્તિમા પણ વૃદ્ધિ થશે.

ખરાબ સકલ્પનો નાશ કરવામા તમે નિષ્ફળ ગયાઓ તો પણ કદી નિરાશ થાઓ નહિ પર સેવા વિના મેવા મળે નહિ ધામે ધામે તમારામા આંતરિક આધ્યાત્મિક બળ ઉત્પન્ન થશે, જેનો તમને અનુભવ થવા માડશે.

૯ ખરાબ સકલ્પોનો નાશ કરવા

માટે અધ્યાત્મક અભ્યાસ

|| ડોઢ વાર જ્યારે ખરાબ સકલ્પ તમારા મનમા પ્રવેશ કરે ત્યારે તમારું મન ધૂજી જીઠે છે આ તમારી આધ્યાત્મિક મરતિનું ચિહ્ન છે આ બતાવે છે કે, તમારો આધ્યાત્મિક વિનાસ

વિચારશક્તિ

થઈ રહ્યો છે / હવે ભૂતકાળમાં થયેલાં તમારા દુષ્ટ કાર્યોના વિચાર કરતા તમને તીવ્ર દુઃખ થશે હવે તમે તેના કામ ફરીથી કરશો નહિ તે કરવા જતા તમારું મન કંપી જઈશે ટેવની પ્રબળતાથી જ્યારે જ્યારે કોઈ ખરાબ વિચાર તમને દુષ્કૃત્ય કરવા માટે પ્રેરશે, ત્યારે તમારું શરીર કંપી જઈશે પૂરેપૂરા બળ ને ઉત્સાહપૂર્વક તમારું ધ્યાન ચાલુ રાખ્યા આમ, દુષ્કૃત્યોની બધી યાદ ને દુષ્ટ વિચારોની બધી છાપ ભૂસાઈ જતાં સેતાનનાં બધાં પાપમય મૂલ્યનો એની મેળે નાશ પામશે ત્યારે તમારું જીવન સંપૂર્ણ પવિત્રતા અને શાંતિથી સુરક્ષિત બનશે

શ્રીઆતમા તો જ્યારે તમે ધ્યાનમાં બેસશો ત્યારે બધી જાતના પાપમય વિચારો તેમાં જગૃત થશે જ્યારે ધ્યાનમાં તમે શુદ્ધ વિચારો માટે પ્રયાસ કરો છો ત્યારે જ આમ ? ? છે !

માટે હાંકી કાઢે છે ? અને અમારા સ્થાનને હવે ખાલી કરીશું નહિ” પણ આથી નિગમ થાઓ નહિ ને નિયમિત રીતે તમારો ધ્યાનનો અભ્યાસ ચાલુ રાખો આથી જરૂર આ ખરાબ વિચારો ઓછા-થઇ જશે ક્રમે ક્રમે તેઓ નાશ પણ પામશે

હકારાત્મક શુભ વસ્તુ હોય તો નકારાત્મક અશુભ વસ્તુ પર વિજય મેળવે છે. આ કુદરતનો કાયદો છે. હકારાત્મક સારા વિચારો આગળ નકારાત્મક ખરાબ વિચારો કદી ટકી શકે જ નહિ. હિંમત ભયને દૂર કરે છે, ધૈર્ય ક્રોધ ને ચીડિયાપણાને હરાવે છે, પ્રેમ દ્વેષ પર વિજય મેળવે છે, પવિત્રતા કામના સંકલ્પને ટકવા દેતી નથી ધ્યાનને સમયે ખરાબ વિચાર સપાટી પર આવતાંની સાથે જ હવે તમે બેચેન બની જાઓ છો આ હકીકત જ બતાવે છે કે તમે આધ્યાત્મિકતામાં પ્રગતિ કરતા જાઓ છો.

ભૂતકાળમાં તો તમે ગાણીબૂઝીને બધા પ્રજારના પાપમય વિચારોને આશ્રય આપતા હતા તમે તેમને આવકારતા અને પોષણ આપતા હવે તમે તમારી આધ્યાત્મિક સાધનામાં અડગ રહો, તેમાં આગ્રહી ને ખાંતીલા બનો આવી જરૂર તમને વિજય મળવાનો જ. મંદ સાધક પણ બે બે ત્રણ વર્ષ અખંડ રીતે જપ ને ધ્યાનની સાધનામાં મડયો રહે તો તેનામાં અહ્ભુત પરિવર્તન થયેલું જણાશે. હવે તે અભ્યાસને છોડી શકશે નહિ. બે ધ્યાનની સાધનાને તે એક દિવસને માટે પણ છોડી દે તો હવે તેને લાગશે કે તે દિવસે તેણે કંઈક શુભાચ્યું છે અને તેનું મન તદ્દન બેચેન બની જશે

૧૦. અનિષ્ટ વિચારો દૂર કરવા માટે શ્રેષ્ઠ ઉપાયો

જ્યારે મન શૂન્ય હોય છે ત્યારે હલકા વિચારો અંદર પ્રવેશ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. મોહ ને કામથી ભરેલા કુષ્ટ વિચારો એ જ

વિચારશક્તિ

થઈ રહ્યો છે | હવે જીવકાગમ થયેના તમાગ દુષ્ટ કાર્યોના વિચાર કરતા તમને તીવ્ર દુઃખ થશે હવે તમે તેના કામ ફરીથી કરશો નહિ તે કરના જતા તમારું મન કંપી જઈશે ટેનની પ્રબળતાથી જ્યારે જ્યારે કોઈ ખરાબ વિચાર તમને દુષ્ટિય કરવા માટે પ્રેરશે, ત્યારે તમારું સરીર કંપી જઈશે પૂરેપૂરા બળ ને ઉત્સાહપૂર્વક તમારું ધ્યાન ચાલુ રાખા આમ, દુષ્ટિયોની બધી યાદ ને દુષ્ટ વિચારોની બધી છાપ ભૂસાઈ જતાં સેતાનના બધા પાપમય સ્વપ્નો એની મેળે નાશ પામશે ત્યારે તમારું જીવન સંપૂર્ણ પવિત્રતા અને શાંતિથી સુરક્ષિત બનશે

શ્રીઆતમા તો જ્યારે તમે ધ્યાનમા બેસો ત્યારે બધી જાતના પાપમય વિચારો તેમા જાગૃત થશે જ્યારે ધ્યાનમા તમે શુદ્ધ વિચારો માટે પ્રયાસ કરો છો ત્યારે જ આમ કેમ બને છે

આ વસ્તુસ્થિતિથી કટાણા કેટલાક સાધકો પોતાની આધ્યાત્મિક ધ્યાનની સાધના છોડી પણ દે છે બન તમે ગંધડાને ઢાંકી દાઢવાનો પ્રયાસ કરો તો તે વેર લેવા તમારા પર હલો પડશે તેની જ રીતે જ્યાર તમે સારા પવિત્ર દિવ્ય વિચારો કરવા મેસો છો, ત્યારે જૂના પાપમય વિચારો બમણા વેગથી વેર લેના માટે તમાગ ઉપગ્રહસારા કરે છે જ્યારે તમારા દુસ્મનને તમારા પરમાત્મા હાકી નાઢવાનો પ્રયાસ કરો છો ત્યારે તે પૂરપૂરા જોરથી મારી સામે થાય છે

કુદરતના વિરોધ કે પ્રતિક્રિયાનો નિયમ કામ કર છે | જૂના મશુલ વિચારો સામે જોરોતોરથી વિરોધ કરી જાહેર કરે છે કે, હું મનુષ્ય ! હું બન નહિ તે બને અનાદિ કાળથી તારા મન થી ઘરમા નિવાસસ્થાન આપ્યું છે માટે અહીં રહેવાનો મનને પૂરપૂરા હક છે જ્યારે તને તારા દુષ્ટિયોમા આજ સુધી રહે કરી છે, તો હવે તું અમને અમારા નિવાસસ્થાનમાથી શા

માટે હાંકી કાઢે છે ? અમે અનાગ સ્વાનને હવે ખાલી કરીશું નહિ” પણ આથી નિગન થાઓ નહિ ને નિયમિત રીતે તમારો ધ્યાનનો અભ્યાસ ચાલુ રાખો. આથી જરૂર આ ખરાબ વિચારો ઓછા થઈ જશે ક્રમે ક્રમે તેઓ નાશ પણ પામશે.

હકારાત્મક ગુણ વસ્તુ હમેશાં નકારાત્મક અનુભવ વસ્તુ પર વિજય મેળવે છે આ કુદરતનો કાયદો છે. હકારાત્મક સારા વિચારો આગળ નકારાત્મક ખરાબ વિચારો કદી દબી શકે જ નહિ. હિમત ભયને દૂર કરે છે, ધૈર્ય ક્રોધ ને ચીડિયાપણાને હરાવે છે, પ્રેમ દ્વેષ પર વિજય મેળવે છે, પવિત્રતા કામના સંકલ્પને ટકવા દેતી નથી. ધ્યાનને સમયે ખરાબ વિચાર સપાટી પર આવતાંની સાથે જ હવે તમે ખેંચેન બની જાઓ છો. આ હકીકત જ બતાવે છે કે તમે આધ્યાત્મિકતાના પ્રગતિ કરતા જાઓ છો.

ભૂતકાળમાં તો તમે જાણીબૂઝીને બધા પ્રકારના પાપમય વિચારોને આશ્રય આપતા હતા તમે તેમને આનંદાસ્તા અને પોષણ આપતા હવે તમે તમારી આધ્યાત્મિક સાધનામાં અડગ રહો, તેમાં આગ્રહી ને ખાંતીલા બનો. આથી જરૂર તમને વિજય મળવાનો જ મંદ સાધક પણ જો બે દે ત્રણ વર્ષ અખંડ રીતે જપ ને ધ્યાનની સાધનામાં મંડયો રહે તો તેનામાં અદ્ભુત પરિવર્તન થયેલું જણાશે હવે તે અભ્યાસને છોડી શકશે નહિ. જો ધ્યાનની સાધનાને તે એક દિવસને માટે પણ છોડી દે તો હવે તેને લાગશે કે તે દિવસે તેણે કંઈક ગુમાવ્યું છે અને તેનું મન તદ્દન ખેંચેન બની જશે.

૧૦. અનિષ્ટ વિચારો દૂર કરવા માટે શ્રેષ્ઠ ઉપાયો.

જ્યારે મન શૂન્ય હોય છે ત્યારે હલકા વિચારો અદર પ્રવેશ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. મોહ ને કામથી ભરેલા કુટ વિચારો એ જ

વિચારશક્તિ

વ્યક્તિવાદની તરફથી છે કામાસક્ત દૃષ્ટિથી જ હૃદયમાં વ્યક્તિવાદની ગરબામાં થઈ ચૂકી અમની 'માનસિક કેમ એ જ સાચા કંઈ છે આ વાતને દૃઢ રીતે યાદ ના મા' ઇશ્વર મનુષ્યની કિંમત તેની ભાવના અનુસાર યે જ, ત્યાર સમારી મનુષ્યો માન તેના બદલાતા ગયાની કિંમત આજે છે માટે હમેશા મનુષ્યની ભાવના તરફ જુઓ-આથી તમે કદી ભૂલ ખાસો નહિ

મનને સદા કામમાં રાત રાખો આથી પાપમય વિચારો અદૃશ્ય દાખલ થઈ શકશે નહિ આજીવન મન એ સેતાનનું ઘરખાતું છે હરેક ક્ષણે મન પર ચોકી મેસાડો

હમેશા તમારી જાતને કોઈ ને કોઈ કાર્યમાં લીન રાખો જેમકે-સીનનું, નાસનું માળવા, કાકું ગઢનું, પાણી ભરવું, વાવનું, ખાન વરવું, માળા ફેરવો, ભજન ગાના, પ્રાર્થના કરવી, વડીલો કે શુભચિંતી સેવા કરવી, માદાની ચારી કરવી, વગેરે અસંખ્ય માનચીત કે અપમાની દૂર મોટા મનને હમેશા ચીતા, ઉપનિષદ, યોગવાસિષ્ઠ, પગેના ઉદાત્ત નિવારાણી ભરા

૧૧ વિચારોનું નિયમિત શાસન

મન એ તોફાની ભૂતકા જેવું જ તે દૂરદા મારતા વાલન જેવું છે માટે જ રોજ તેને સિસ્ત ને શાસનમાં રાખવાની જરૂર છે આથી જ તે ધીમે ધીમે વશ થઈ શકે

તમારા મનને મેળ ક્રિયામાં દાખલ અપવામાં આવે તો જ તેમાં પ્રવેશ જતા ખાન સ- પોને અટકાવી શકાય, ને જ સ- પો કે ક્રિયાઓનું જોર અમ્યુ ન હોય તેને ઇચ્છા પ્રમાણે ફેરવી શકાય

મનને નિયમિત રીતે તિલ્લમાં ગળી દાખલ આપવાથી જ તમે નાન સ- પો ને ક્રિયાઓનું ઉત્તેજિત કરી શકશો અને એક વખત ક્રિયાત ધાય માદ તેમને તમારા સમગ્ર સુધી સંપન્ન શકશો

માનસિક આનંદ ને સિધિનીકરણ માટે નીચે પ્રમાણે રોજ કરા લાયક એક સૂત્ર વ્યાખ્યા છે તેનાવી તમારામાં ખૂબ પ્રેરણા ને સતિ ઉત્પન્ન થશે આખાન બધ કરો જે તમને નમતી નરુ હાય તેનું ચિંતન કરો આ તમારા મનને અદ્વિત રીતે રાત કરશે લગ્ય હિમાયય, પર્વત મગા, કારમીનાં ગુહ પ્રદીપ દરયા, તાજ મહાન, કનકતાનું વિકટોરિયા મેમોરિયન, આકર્ષક સ્વાસ્થ, નિશાળ મહાસાગરનો પટ અથવા અનંત આકાશનું ચિંતન કરો

એની ક'પના કરો કે આખું જગત અને તમારું સારું સ્વરૂપી અનંત મહાસાગરનો તણખના માફક નગી રહ્યા છા એવો અનુભવ કરો કે પન્માનાનો પાનન રામાય કે સ્પર્શ અનુભવી રહ્યા છા ને આખા સસારમાં તેમ જ તમારામાં પણ દિવ્ય ઉત્પન્નતા વ્યક્તિ વહી રહ્યા છે વળા, ઉત્પન્નતા મહાસાગર અના દિવ્યગર્ભ પ્રતુ ધામે ધામે તમને પોતાના નિશાળ જાતી પર લાડ લડાની રહ્યા છ ત્યાર બાદ તમારી આખા ઉઘાડા બાવી તમને ખૂબ જ નાતિ ને બળાની પ્રાપ્તિ થશે આનો અનુભવ કેનું દિવ્ય આનંદ માણો ।

૧૨ દુષ્ટ સંકલ્પો અને સુખની ઉપમા

તેવી રીતે બીજાથી કૃપા થાય છે, તેની જ નીતે સંકલ્પમાંથી કર્મ ઉત્પન્ન થાય છ સારા સંકલ્પો સારા કાર્યોને ઉત્પન્ન કરે છ ને દુષ્ટ સંકલ્પોમાંથી ખરાબ કાર્યો ઉત્પન્ન થાય છે

ગુણ, સંકલ્પોના જ મનમાં આવે આપો ને દુષ્ટ વિચારોને કાઢી કાઢો જે સત્સંગ, ધાર્મિક પ્રયોગો અભ્યાસ, પ્રાર્થના, દાયાદિ દ્વારા તમ ગુણ વિચારોને કળવશે તો અગુણ વિચારો પોતાની મેળે નષ્ટ થશે

જેવી રીતે બેડામાં ખૂચતી કાકરીને તમે એકદમ બહાર કાઢી કાઢી દો છો, તેવી જ રીતે કષ્ટદાયક વિચારોને એકદમ મનમાંથી બહાર કાઢી નાખવાની તમારામાં સક્તિ હોવી જાઈએ ત્યારે જ

વિચારશક્તિ

જ તમાગમા મન પર વિજ્ય મેળવવાની પૂઝી શક્તિ આવી છે અને આધ્યાત્મિક માર્ગે તમે અમુક અશે સાચી પ્રગતિ સાધી છે એમ મણાશે

જ્યારે તમે ઝાકડી વડે સર્પના માયા પર ફટકો મારી તેવું માયુ છૂંદી નાખો છો ત્યારે તે અમુક વખત સુધી તદ્દન નિષ્ક્રિય પડી રહે છે તમને એમ લાગે છે કે તે મરી ગયો છે. પણ એકાએક તે પોતાનું માયુ ઊંચું કરે છે ને ઠોડી ગળય છે. એવી જ રીતે, જે સંકલ્પોને તમે પહેલાં જ્યાંએલા કે નાશ પામેલા માનો છો તે જ સંકલ્પો પુનર્જીવન પામી શક્તિ મેળવે છે અને માયુ ઊંચું કરે છે. માટે જ તેઓ ફરીથી ચેતન ન મેળવે એવી રીતે તેમનો 'સંપૂર્ણ નાશ કરવો જોઈએ

૧૩. સંકલ્પવિજય દ્વારા જગતવિજય

સંકલ્પો પર હંમેશા નિયંત્રણ રાખા મિથ્યા કલ્પના કે સ્વપ્નસૃષ્ટિથી દૂર રહેા આથી મનોનાશ થશે સંકલ્પોનો પૂરેપૂરો નાશ થાય એ જ મોક્ષક્રમુદિત છે. જ્યારે વિચાર સૃષ્ટિનો અંત આવે ત્યારે મનનો પણ નાશ થાય છે

આ માયામય સંસારનો અનુભવ પણ તમારી કલ્પનાને જ આધીન છે જ્યારે કલ્પના તટ્ટિ પૂરેપૂરી રીતે નાશ પામે છે ત્યારે સંસાર પણ નાશ પામે છે

સંકલ્પો પર વિજ્ય એટલે જ બધી મર્્યાદાઓ, નિર્બંધતા, અજ્ઞાન ને મુક્તિ પર ખરો વિજ્ય મક્ષીનગનવી અજ્ઞાવાતા બહારના યુદ્ધ કરતાં મનની અદર ચાક્ષત્ર આત્મિક યુદ્ધ વધારે લયંકર છે. સંસ્મરણથી જગત જીતવા કરતા સંકલ્પો પર વિજ્ય મેળવવો એ વધારે મુશ્કેલ છે. માટે તમારા સંકલ્પોને જીતો અને તમે આખા જગતને જીતી શકો.

૧૪. વિચારશક્તિને દિવ્ય માર્ગે વાળો

સામાન્ય રીતે વિચારો બાહ્ય પદાર્થો તરફ સહેલાઈથી વહે છે. મનનો એવો જ સ્વભાવ છે કે તે સંસારી પદાર્થોનું સરળતાથી ચિંતન કરી શકે છે.

આથી મનજમાં સાંસારિક વિચારોને સહેલાઈથી વહન કરી શકે એવા જૂના સમયથી ચીંતા પડી ગયા હોય છે અને તે જ માર્ગે વિચારો દોડે છે આથી ઇશ્વરનું ચિંતન કરવું એ તેને માટે ખૂબ જ મુશ્કેલ કામ છે. ખરેખર, બ્યાવહારિક સંસારી મનુષ્ય માટે આ કાર્ય પર્વત પર ચડવા જેટલું મુશ્કેલ કામ છે.

બાહ્ય સાંસારિક મંકળોથી મનને મુક્ત કરી ઇશ્વર પર સ્થિર કરવું એ ગંગાસાગર તરફ વહેતા ગંગાના કુન્દરતી પ્રવાહને પાછો વાળી ગંગોત્રી તરફ લઈ જવા જેટલું મુશ્કેલ છે તે યશુનાના પ્રવાહ સામે હોડીને હંકારવા સમાન છે

છતાં જો જન્મમૃત્યુના દુઃખથી મુક્ત થવાની ઇચ્છા હોય તો સતત પ્રયત્ન પુરુષાર્થ ને ત્યાગ દ્વારા મનના પ્રવાહને તેની ઇચ્છા વિરુદ્ધ પણ ઇશ્વર તરફ વાળે જ છૂટકો જો તમારે સંસારનાં દુઃખો અને આપદાઓથી મુક્ત થવું હોય તો આ સિવાય બીજો એકે રસ્તો નથી.

૧૫. સંકલ્પવિજયમાં સતત નિરીક્ષણનું મહત્વ

શરૂઆતમાં મનને એક જ સંકલ્પ પર કેન્દ્રિત કરવાનું કામ ખૂબ જ મુશ્કેલ કામ છે. પ્રથમ તો સંકલ્પોની સંખ્યા ઓછી કરો. એકી વખતે માત્ર એક જ પદાર્થનો વિચાર કરો.

જો તમે ગુલાબના ફૂલનો વિચાર કરતા હો તો તમારે માત્ર ગુલાબ પર જ બધા વિચારોને કેન્દ્રિત કરવા જોઈએ. પૃથ્વીના જુદા જુદા પ્રદેશમાં જિવતાં જુદી જુદી જાતનાં ગુલાબોનો તમે

વિચારશક્તિ

વિચાર કરી શકે છે. મુદ્દાઓમાંથી બનતી વિવિધ પ્રકારની વસ્તુઓ અને તેના ઉપયોગ સંબંધી પણ વિચાર કરી શકે છે. સાથે સાથે બીજી વ્યવસ્થા કરીને પણ મનમાં વિચાર આવી શકે પણ ફળે તે શકેલાછતા વિચારને મનમાં સ્થાન આપવું ન જોઈએ.

મનના ધ્યેયહીન અનિયંત્રિત રમકચારને કાબૂમાં રાખે. મુદ્દાઓના વિચાર કરતી વખતે બીજા સંકલ્પો બંધ કરી દે. આથી ધીમે ધીમે તમે મનને એક જ સંકલ્પ પર સ્થિર કરી શકશો. આમ, મનને રોજ નિયમિત રીતે શિસ્તબદ્ધ કરવું પડશે. સંકલ્પ પર વિજય મેળવવા માટે કાયમને માટે સતત નિરીક્ષણની અનિવાર્ય જરૂર છે.

૧૬. સંકલ્પો પર ચોક્કસ પહેરો મૂકી

તેમને આધ્યાત્મિક બનાવો.

તમામ સંકલ્પોનું સાવધાનીપૂર્વક નિરીક્ષણ કરો. તેમને સંયમમાં રાખો. તમારા સંકલ્પોના સાક્ષી બનો. તેમનાથી પર જઈ સંકલ્પહીન, શુદ્ધ, સચ્ચિદાનંદ ધન સ્થિતિમાં રમણ કરો.

આંતરમનના બેંડાણમાં પડેલા સૂક્ષ્મ સંસ્કારો, માનસિક વલણો, ઇચ્છાઓ અને બર્મિઓની તમામ ભણત જીવન પર અભાવ અસર હોય છે તેમને શુદ્ધ કરી રૂપાંતર દ્વારા દિવ્ય બનાવવા જોઈએ ને તેમને આધ્યાત્મિક વલણ આપવું જોઈએ ને જે શુભ ને મંગલ હોય તે જ સાંભળો, તે જ જુઓ, તેનો જ વિચાર કરો, તેના સંબંધી જ વાતચીત કરો, તેનું જ પ્યાન ધરો, તેને જ સમજવાનો ને બાંધવાનો પ્રયાસ કરો.

ભય, તીવ્ર દેવ, છૂપો નિસ્સહાર, વંચા, અલ્પમા, કેાધ, કાન, વગેરે આંતરમનની પ્રતિનિધિ દૂષિત કરે છે. સદ્ગુણો કેળવો; આંતરમનને શુદ્ધ ને બળવાન બનાવો. ઇચ્છા, વાસના, લોભ, વગેરે

દુર્ગુણો મનને ગુનામ મનાવી નાખી કાઢે છે, માટે તેનાથી મનને મુક્ત કરી તેના સ્ફુટિક જેવા ગદ્દ સ્વરૂપના ગ્રિયત વરુને જોઈએ, જેથી કરીને તે સત્યને ગ્રહણ કરના ને ધ્યાનને અમનમા મૂકવા લાયક બને મનની હવડી નુકરણાઓ ભૌતિક શરીર ને માનસિક સ્તરને આલારી છે

વામના (માનસિક-સસ્કાર ને સૂક્ષ્મ ઇન્દ્રિયાઓ)ના નાશથી જ્યારે મન કાર્ય કરવાને અશક્ત બને ત્યારે મનોનાશ કે મોક્ષની સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે



સંકલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

૧ વિવેકશક્તિ અને માનસિક કેળવણી

જ્યારે જ્યારે તમારા મનમાં ઇચ્છાનો ફેરુગો ફેરે, ત્યાર ત્યારે તે પેદાવાનો કે સંતોષવાનો પ્રયાસ કરો નહિ વિવેકશક્તિ, યોગ નિર્મલણ અને વૈરાગ્ય દ્વારા તેને દૂર કરો. આના સતત અભ્યાસથી તમને મનનો રાતિ ને મનોવૃત્તિ પ્રાપ્ત થશે. આથી મનમાના નિવારો પણ વિન મનને ને મનની અપાદ એકદમ અમુકી જશે કેમકે તેની બહાર જાની વૃત્તિ પર કાબૂ આવી જાય છે.

જો ઇચ્છાઓનો નિરાસ કરવામાં આવે તો સંકલ્પો પોતાની મેળે નાચ પામે છે. વિશ્વ ભોગના પદાર્થોના તત્ત્વ દોઢ જોનાની સ્થિતિ મન તેમનાથી અનગ પડી જાય છે ને અંતર પર એકાગ્ર ચર્મ થકે છે.

શમના અભ્યાસ દ્વારા આખ, ડાન, નાક, હલ ને નામડી એ પાંચ જાનેન્દ્રિયો પણ સશમમાં આવી જાય છે. શમ એવે વાસના કે ઇચ્છાઓના નાચ દ્વારા પ્રાપ્ત થતી મનની રાતિ

સદ્ગુણ કેળવણી માટે યોજનાઓ

૨ વિકારી મંકલ્પો ને આત્મનિરીક્ષણ

અનુભવ દુષ્ટ મંકલ્પોના જ્ઞવાનક ને વિનાગક પરિણામોનો પૂરેપૂરો વિચાર કરે. આથી જ્ઞાતે જ્ઞાતે ખરાબ મંકલ્પો મનમાં મ્કુરે ત્યારે ત્યારે તમે સામાન્ય મની જાઓ જે દાણે તેઓ ઉત્પન્ન થાય તે જ દાણે મનને દિવ્ય સંકલ્પપ્રેરક એવી બીજ કોઈ વસ્તુ, પ્રાર્થના કે જપ તરફ રાજવાનો પ્રયામ કરો. જે તમાગમાં ખરાબ નિવારણને કાઢી કાઢવાની ખરેખરી તીવ્ર તનના જુએ તો તમે એટલા બધા સાવધાન મનો જરો કે જે તે સ્વપ્નમાં દેખા દે કે તમને જ તમે જાગી જરો. જે તમે પૂરેપૂરું સામ્ય હો તો જાગૃત અવસ્થામાં પણ જ્યારે તમારો કંઈ દુસ્મન પણ તમારી આંખે આવે ત્યારે પણ તેને પહોંચી નજીકનું તમને જાન નુકસાન નહિ થાશે.

મનના નિરૂત સ્વરૂપ અને હિન્માર્ગમનથી થનારી આકૃતથી તમારી જાતને બચાવી લો. મન જમનિયાળ જાળક જેવું છે. મનના ધસમસતા વેગને કાબૂમાં બધા મત્તને માર્ગે સંજ્ઞાતાપૂર્વક વહેંચાયેલાં જોઈએ, તો જ તે તરનથી ભરપૂર બની રહે. મારે જ તેને સતત ધ્યાન કે સત્યનું જ ચિંતન કરવાની યે પાડી જોઈએ.

જે તમારે અધ્યાત્મ માર્ગે કાંઈ પ્રગતિ સાધી હોય તો તમારા દરેક સંકલ્પ પર યોગી પહોંચે. મેમાડા સંકલ્પશૂન્ય મન હોમેશાં આનંદશૂન્ય હોય છે, તે મેતાનન કાગખાનું મની મત્ત છે. મારે હોમેશાં મનનશીલ બનો ને તમારા મનનું આનંદાનીપૂર્વક નિરીક્ષણ કરો. મનના દરેક ઓર્મિને, વિચારને નિયમમાં રાખો.

તમારી આનર્થેત્વજ્ઞાને અધ્યાત્મ માર્ગે વાળી ઉદાત્ત બનાવો. અધન સંકલ્પ એ સૌથી જીવંત ચોર છે. જ્ઞાનરૂપી તનવાગ્યી આ ચોરને કાંઈ નાખો. હોમેશાં તમારા મનમાં નવીન દિવ્ય

વિચારશક્તિ

આંદોલનો કે મુક્ત્યપ્રાપ્તિ ઉત્પન્ન કરો તમાગ વિચારોને શુદ્ધ, પ્રાણવાન, ઉદાત્ત અને ચોક્કસ બનાવો. આથી તમને અપાર આધ્યાત્મિક બળ ને ગાંતિ મળશે.

તમારો પ્રત્યેક સંકલ્પ રચનાત્મક અને લવ્ય હોવો જોઈએ. દરેક સંકલ્પ પ્રગટના વક્રિકરણ જેવો છે. બધા જ સંકલ્પોને જળમૂળથી ઉમેડી નાખો. હૃદયની અદર જે ખરી જ્યોતિ બિગળે છે તેને જ પ્રાપ્ત કરો. જો આત્મ સાક્ષાત્કાર પામવાની તમારી ઇચ્છા હોય તો બધી કલ્પનાઓ ને તરંગોને એકજમ અટકાવી દો. મનની લર્મિઓ ને આવેગોને શુદ્ધ કરી કાબૂમાં લો. તમારા જગૃત જીવનના અંતઃસ્તબ્ધમાં વિગાળે આંતર દિવ્યચેતન જીવન આવેલું છે.

બધી જ ટેવોનું ને ચરકારોનું ઉદ્ધલવગ્ધ્યાન આ આંતરચેતન અંતર છે. બાહ્ય વિષય પદાર્થોમાં દોડ્યા આ જગૃત જીવન કરતાં અંતર્ગત ચેતન જીવન અતેકગણું શક્તિશાળી છે. યોગના અભ્યાસ દ્વારા તમે આત્મજીવનના જિંડા પ્રસાદ પર અવિકાર મેળવી તમારી ઇચ્છા પ્રમાણે તેને વાળી કે બદલી શકશો. મનમાં રહેલા ઠોંઠ પણ એક દુર્ગુણને લો અને દરરોજ નવાનમાં તેથી વિરોધી સદ્ગુણનું ચિંતન કરો. આમ દરરોજ અભ્યાસ કરો. આથી તે દુર્ગુણ જતલી ચાલે જશે. દાખલા તરીકે રોજ સવાનમાં ધ્યાના સદ્ગુણનું ચિંતન કરો અને દિવસ દરમ્યાન તેને આચરણમાં મૂકો, આથી તમાગમાં

સંકલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

૩. યોગિક પદ્ધતિથી મંકલ્પશુદ્ધિ દ્વારા આત્મવિકાસ

યોગિક સાધનામાં સાધકને શ્રુત અતસ્તરમાં જે પારબોતિક સ્થિતિનો અનુભવ થાય છે, તેને ઘણા યોગી રાકાની દૃષ્ટિથી લુએ છે અને માન પોગત્ય જાદુ તરીકે માને છે યોગ એ કદ તરગી કે અપ્રાકૃતિક શાસ્ત્ર નથી મનુ રાની અતર્ગત મર્ નકિતઓનો અપ્રમાણ વિકાસ કરવો એ જ તેનો ધ્યેય છે જેને અમનમાં મૂકનારી દિન પ્રતિદિન પ્રગતિ કરી દુનિયાના મધ્ય યોગી પોતાનું જીવન વધારે સારુ ને સુખી બનાવી શકે એવી આ મિદ્ધ ને નૈમર્ગિક પદ્ધતિ છે

વિચારશક્તિ

આંદોલનો કે મંદપ્રવૃત્તિઓ ઉત્પન્ન કરે તમાગ વિચારોને શુદ્ધ, પ્રાણુરાન, ઉદાત્ત અને ચોક્કસ મનાવો. આથી તમને અપાર આધ્યાત્મિક મગ ને પ્રાપ્તિ મળશે.

તમારો પ્રત્યેક મંદપ ન્યનાત્મક અને હવ્ય હોવો જોઈએ. દરેક મંદપ પ્રદર્શના સ્પર્શથી જેવો છે. જ્યાં જ સંકલ્પોને જળમળથી ઉમેડી નાખે. હૃદયની અદર જે ખરી જ્યોતિષિ મિરાતે છે તેને જ પ્રાપ્ત કરે. જો આત્મ સાક્ષાત્કાર પામવાની તમારી ઇચ્છા હોય તો બધી કંપનાઓ ને તરંગોને એકદમ અપકારી દે. મનની ઊર્મિઓ ને આવેગોને શુદ્ધ કરી કાળુમા લો. તમારા અગત ઇચ્છના અંતઃપ્રભા મિશ્રણે આતર દિવ્યચેતન ઇચ્છ આવેલું છે.

બધી જ યેવાનું ને સરકારોનું ઉદ્ભવમ્થાન આ આતરચેતન અગ છે. બાહ્ય વિષય પદાર્થોમા દોડતા આ જતન ઇચ્છ કરતાં અતર્ગત ચેતન ઇચ્છ અનેકવાલુ શક્તિગાળી છે. ચેતનના અભ્યાસ દાગ તમે આતરચેતનના જોડા પ્રમાણ પર અવિચાર મેળવી તમારી મંદપ પ્રમાણે તેને સાગી કે મળવી જમ્મો. મનમા મહેમા કોઈ પણ એક દુર્ગુણને લો અને દરેકજ નસાગમા તેથી વિરોધી સદ્ગુણનું ચિંતન કરો. આમ દરેકજ અભ્યાસ કરો. આથી તે દુર્ગુણ જનહી નાખે. જમ્મે દાખના તરીકે જે જ સનારમા મ્યાના સદ્ગુણનું ચિંતન કરો અને દિવસ દરમ્યાન તેને આચરણમા મૂકો, આથી તમાગમા સતત દયાની બાવના ઉત્પન્ન થાય.

વાદ રાખો કે પાપી સંકલ્પ એ જ બલિયાગદિ દોષોનું મૂળ છે. આવેલું દુષ્ટ સંકલ્પ અકવાડિયામા નસુવારને બદલે મહિનામા એક જ વાગ દાખલ થાય તો સમજવું કે તે પ્રગતિનું ચિહ્ન છે. તે બતાવે છે કે તમારી ઇચ્છાશક્તિ અને આધ્યાત્મિકશક્તિ પણ નધ્યા છે. મારે હમેશા આનંદમા જો અને તમાગ આધ્યાત્મિક પ્રિકાસની નોંધપોથી નાખો.

સંકલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

૩ યોગિક પદ્ધતિથી મ કલ્પશુદ્ધિ દ્વારા આત્મવિકાસ

યોગિક સાધનામા સાધને મુક્ત અતસ્તરમા જે પાશ્વલૈતિક સ્થિતિનો અનુભવ થાય છે તેને વણા લોકો વ કાની દૃષ્ટિથી જુએ છે અને માત્ર પૌરુષ્ય જાદુ તરીકે માને છે. યોગ એ કદ ત ની કે અપ્રાકૃતિક નાસ્ત્ર નથી. મનુ ની અતર્ગત મન શન્તિઓનો સમ્રમાણ વિકાસ કરવો એ જ તેનો ધ્યેય છે. જેને અમનમા મૂનાથી દિન પ્રતિદિન પ્રગતિ કરી દુનિયાના બધા લોકો પોતાનું જીવન વધારે સાદુ ને સુખી બનાવી નકે એરી આ મિલ ને નૈમર્ગિક પદ્ધતિ છે.

યોગની બધી પ્રક્રિયાઓના પાયામા નૈતિક કેળવણી અને આધ્યાત્મિક પૂર્ણતા રહેતી છે. યોગરૂપી નિસન્ધીના દુર્ગુણોનો સંપૂર્ણ નાશ અને મૂળભૂત મલ્લુઓનો રિધાય એ પહેલું પગથિયું છે. દુઃ, મુદ્દર, ટેવો અને તેના નિયમિત આચરણ દ્વારા પ્રકૃતિને પ્રિયમદ્દ મનારી વાગ્ગિને શદ્દ મનારુ એ મીલુ પગથિયું છે. આની રીતે સદ્ગુણમય નૈતિક વાગ્ગિના મુદ્દર ને મિથ્ય પાના પર યોગરૂપી હમાગનનું વલ્લુતર કરનું પડ છે.

૪ પ્રતિપક્ષભાવના દ્વારા મ કલ્પ શુદ્ધિ

ખરાબ સક પોને નિર્મૂળ કરનાને માટે ગુણ સક પોની પ્રતિપક્ષભાવના એ એ/ સરેલો ને અસરકારક ઉપાય છે. તમારા મનરૂપી મગીચામા દયા, પ્રેમ, પવિત્રતા, ક્ષમા, પ્રમાણિતતા, ઉદારતા અને નમ્રતા રૂપી ઉત્તર સલ્લુઓને રોપીને ઉઠરો. આથી તિરસ્કાર, ઝામ, ક્રોધ, લોભ, અભિમાનરૂપી નિપેધાત્મક દુર્ગુણો પોતાની મેળે નાશ પામશે.

નિપેધાત્મક રિચારો પર મીધો હુમલો કરી નાશ કરવા એ ધણુ મુશ્કેલ કાર્ય છે. આથી તમારી ઇચ્છાશક્તિ ઉપર વધારે પડતો બોલો આની પડશે અને તમારી શક્તિનો દુર્વ્યય થશે.

વિચારશક્તિ

૫ મંકલ્પશુદ્ધિ ને વિકાસ માટેની આધ્યાત્મિક પદ્ધતિઓ
 જે તમે ખરાબ અશુદ્ધ સંકલ્પનું વારંવાર આવર્તન કરો
 તો તેનું બળ વધતું જશે અને સાથે સાથે તેનો વેગ પણ વધશે
 માટે જ તેને તુરત મનમાથી લાકડી કાઢવો જોઈએ જે તેમ કરવામાં
 મુશ્કેલી જણાય તો તેથી વિરોધી ઇશ્વર સબધી વિચારોને મનમાં
 મ્હાત આપો ભગ્ય, ઉચિત સંકલ્પો કેળવો આવી અનુભવ વિચારો
 પોતાની મેળે જ નાશ પામશે પાપમય સંકલ્પને લાકડી કાઢવાને
 માટે ભગ્ય વિચાર એ સમર્થ પ્રતિયોગી છે પહેલી રીત કરતા
 આ રીતે સારી રીત છે દિવસમાં હજારો નાર ઇશ્વરનામ રમરમ
 કરાવી મારા વિચારોને નવું બળ ને ગ્રેજીયા મારે છે આવી જ
 રીતે ‘અહ બ્રહ્માર્શિમ’ સૂત્રનું અનેક વાર આવર્તન મ્હવાથી ‘હું
 આત્મા છું’ આ જ્ઞાનના ખૂબ દૃઢ બને છે આથી “હું દેહ છું”
 તેથી વિચાર તદ્દન નિર્બળ બની જાય છે

જ્યારે તમારા મનમાં લગ્નકા સંકલ્પો દાખન થાય ત્યારે
 તેમને તાજી કાઢવાને માટે તમારી ઇન્દ્રિયશક્તિઓનો બળભેરીથી
 ઉપયોગ કરો નહિ આથી તેના ઉપરનો મોત્તે રહી જશે, ને તમને
 ત્રમ પડશે જેમ જેમ રૂધારે પ્રયાસ કર્યો તેમ તેમ દુષ્ટ સંકલ્પો
 બમણા જોન્ધી લાલો કરશે વગી, તેમનો વેગ ને સમિતિ પણ નવી
 જશે માટે જ તેમના પ્રયે દુર્બલ કરે ને શાંત રહે આથી
 તમને જ તેઓ અદ્યય થઈ જશે અથવા પ્રતિષ્ઠાલાવના દ્વારા શુભ
 વિરોધી વિચારોને દાખન કરો અથવા ખૂબ દૃઢતાપૂર્વક ઇશ્વર
 ને મંત્રના ચિત્રનું નારનાર મનન કરો અથવા પ્રાર્થના કરો

૬ મંકલ્પશુદ્ધિની અગત્ય

સંપૂર્ણશુદ્ધિ એ વજ્રો જ અગત્યનો વિષય છે, જો વજ્રો
 જ થોડા પોકો આ રંગા કે પિતાન સબધી આવે છે આજના
 કેળાવેના ગણ્યતા પોકો પણ આ તાર્તિવ કેળાવણીથી અગમ્ય છે

સંકલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

બધા મનુષ્યો આજે સંકીર્ણ વિચારના ભોગ બનેલા જોવાનાં આવે છે તેમના મન રૂપી કારખાનામાં વિવિધ પ્રકારના મેળ વગરના ઉદ્દેશીન વિચારો આવજન કર્યા કરે છે. એમાં કોઈ જનતનો સંવાદ જોવામાં આવતો નથી તેમા કંઈ સુમેળ કે નિયમ પણ હોતો નથી. બધું જ તદ્દન અનિયમિત ને અસ્તવ્યન્ત દશામાં પડ્યું હોય છે. તેમના વિચારોમાં કોઈ પણ પ્રકારની સ્પષ્ટતા કે સુરેખતા હોતી નથી.

તમે કોઈ પણ એક વિષય પર વ્યવસ્થિત ને નિયમિત રીતે બે મિનિટ પણ વિચાર કરી શક્તા નથી આ બતાવે છે કે તમને માનસિક સ્તરમાં કામ કરતા સંકલ્પના નિયમોનું જ્ઞાન નથી

દરેકના મનની અદર સંપૂર્ણ અધાધૂધી આવી રહેલી જોવામાં આવે છે. કેમ કે વિષયો સઢપો ધક્કામુક્કી કરે છે અને આગળ આવે છે. અહુ ઇન્દ્રિય, જેને મુદર દસ્યા ને પદાર્થો જોવાની આકાંક્ષા છે તે પોતાના જ વિષયના સઢપો આગળ ધકેલવાનો પ્રયાસ કરે છે. કર્ણેન્દ્રિય હલકા કામ, વેરઝેર, તિરસ્કાર, ઇર્ષ્યા ને જાલના જ વિચારોને પ્રાધાન્ય આપે છે આમ, બધી ઇન્દ્રિયો એક ક્ષણને માટે પણ એકેય જાગ્ય, દિવ્ય વિચારને પ્રવેશવા માટે સમય જ આપતી નથી. આમ, મનુષ્યોનાં મન ને તેની શક્તિ વિષયોને રસતે જ વહન કરે છે.

વિચારશક્તિ

હવે છે તુ માગ પ્રત્યે આટલો નવો દૂર શા માટે થાય છે ?
મે જ તને રેરોન ને હોટેન, સિનેમા ને નાટક નાચપાટી ને
દારના પીપાનો આનંદ માણનાને માટે પ્રેમી આપી જે આમ,
માન દાન જ તને અનેકવિધ આનંદની મજા મળી છે હવે તુ
મારા પ્રત્યે શા માટે કૃત્તની બન્યો છે ? કુ દહતાપૂર્વક ટકી રહી
તારી સામે થઈ નાગવાન મારી મુનાકાત આપીશ તારાવી બને તે
કરી હે જૂની ટેવને નશ થઈ તુ જાન તદ્દન નિર્મળ બની ગયો
છે અને તારામા હવે સામા થવાની તાકાત રહી નથી” આમ, તે
દનીન કરે જે, પણ અતમા તો શુદ્ધ વિચારોનો જ વિજય નિશ્ચિત
છે રજસ ને તમસ કરતા સર્વ વધારે શક્તિવાળી છે હકારાત્મક
નકલ્પો હમેશા નકારાત્મક અકલ્પો પર વિજય મેળવનાના જ

૮ શુભ સંકલ્પ એ જ પૂર્ણતાનું પ્રવેશદ્વાર

સંકલ્પ એ આત્મિકિત સેનક છે તે સર્વ સાધન પણ છે
તેનો તમારે નિવેડપૂર્વક યોગ્ય ઉપયોગ કરાવો છે સંકલ્પ પર
રિજ્ય એ નુખતુ પ્રથમ પગથિયું છે

તમાગ સંકલ્પની જાપ તમારા ચહેરા પર પણ પડી જશે છે
નકલ્પ એ જ મનુષ્ય ને દેહની વચ્ચે મનઘ માધનાર પુન જેવો
છે તમારું નરીર, તમારું કાર્ય, તમારું ઘર આ બધું માન તમાગ
મનની અદન્ટા નિવારણુ જ પ્રતિનિબ છે સંકલ્પ એ વીજગિક
બળ છે શુભ સંકલ્પ એ પૂર્ણતાનું પ્રથમ પગથિયું છે સંકલ્પ
એ જ સાચી નમૃદ્ધિ છે

૯ મંકંડપોને કેળવો ને પ્રબુદ્ધ બનેા

નમાગ મનમાવી નધા મિનજરૂરી, નકામા અને પાપમય
સંકલ્પોને હાળી કાઢો નકામા સંકલ્પો તમાગ આધ્યાત્મિક નિશ્ચયને
રૂધ છે તેઓ આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિના નાર્જના પથ્થરૂપ છે જ્યાં
જ્યાં તમે નકામા વિચારોને પોષો છો ત્યારે ત્યાર તમે દુષ્કર્મી

સકલ કેળવણી માટે યોજનાઓ

તેના દૂર રહો છો નકામા વિચારોને બદલે મનમાં ધન્ય સંબંધી દિવ્ય વિચારોને સ્થાન આપો આધ્યાત્મિક માર્ગે પ્રગતિ દરી પ્રકાશ સાધવા માટે ઉપયોગી સંકલ્પો એ નીકી રૂપ છે મનને જૂની ટેવથી ત્યાગી નીલે આત્મા ને પોતાને જ માર્ગે મનઃક્રીડાએ ભટકતા અટકાવો બહુ સંભાળપૂર્વક આત્મ નિરીક્ષણ કરો

બધા પ્રકારના હક્કા, બિનઉપયોગી, અધમ, અશુદ્ધ સંકલ્પો, બધા વર્તિરિધિયક સંકલ્પો, તેમજ ધર્મ, ધૃત્તા, સ્વાર્થ, વગેરેના સંકલ્પોને તમારે આત્મનિરીક્ષણ દ્વારા દૂર કરના જ પડશે નિસવાદી ને વિરોધી એના બધા વિનાશક સંકલ્પોનો નાશ કરવો જ જોઈશે તે માટે તમારે હમેશા શુદ્ધ, મારા પ્રેમાગ, બન્ય ને વિધિ સંકલ્પો ને ઉત્તમ આપુ જોઈએ તમારે પ્રવર સંકલ્પ નિવાયક, સંગ, ચોક્કસ ને હકારાત્મક હોવો જોઈએ

માટે સ્પષ્ટ ને સુરેખ જાણનારો દરેક સંકલ્પ કરે તમારા પ્રત્યેક અસંકલ્પથી બીજાને નાતિ ને વિનાસ પ્રાપ્ત થના જોઈએ હુ બ કે અસંતોષ તો જરા પણ ન થના જોઈએ તો જ પૃથ્વી પરતુ તમારુ જીવન ધન્ય કહેવાય તમે આ દુનિયા પર મહાન શક્તિ છો કામ્યુ, તમે અનેકને મદદ કરી શકો તેમ છો, હાનિને નીરોગી બનાવી શકો તેમ છો અને ઇસુ ખ્રિસ્ત ને શુદ્ધની માફક અનેક માણસોને આધ્યાત્મિક માર્ગે વાળી ઉન્નત કરી શકો તેમ છો જેની રીતે તમે બગીચામાં મોગરો, ચુનામ, કમળ હોનોનુ, નગર ફૂલ ઉછેરી શકો છો, તેની જ રીતે તમારા અંતરથી કંઈ નિશાળ બગીચામાં તમારે પ્રેમ, દયા, સનાહ, પવિત્રતા વગેરેના રાત વિચારોને કેળવવા જોઈએ આ મન રૂપી બગીચાને તમારે ધ્યાન ને ઉત્તમ વિચારોથી પાણી સીંચુ જોઈએ, તેમ જ વિરોધી કે હાનિકારક વિચારોથી નકામુ ધાસ નીદી કાઢુ જોઈએ

વિચારશક્તિ

૧૦. ખીજના દોષ જોવારૂપી વિચારોને દૂર કરો.

| મનનો અભાવ જ એવો છે કે જેનું તે ગાઢ ચિંતન કરે છે તેનું જ તે જની ક્ષય છે માટે જો તમે ખીજ માણસના દોષો ને દુર્ગુણોના જ વિચાર કર્યા કરશો તો તમારા મનમાં થોડા સમય માટે પણ આ દોષો ને દુર્ગુણો ભરાઈ જશે. |

જો મનુષ્ય આ માનસિક નિયમ જાણે છે તે કદી ખીજની નિંદા કરશે નહિ કે ખીજના ચારિત્ર્યમાં દોષદષ્ટિ રાખશે નહિ તે ખીજમાં માત્ર સારુ જ જોશે અને હમેશાં ખીજની સ્તુતિ કરશે. આવી ભાવનાથી મનુષ્ય ધ્યાન, યોગ ને અધ્યાત્મ માર્ગે ઝડપથી આગળ વધી શકે છે.

૧૧. મૃત્યુ વખતના છેલ્લા સંકલ્પ

પ્રમાણે નક્કી થતો પુનર્જન્મ

| મનુષ્યનો છેલ્લો સંકલ્પ તેના પછીના જન્મનો નિર્ણાયક બને છે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ કહે છે “મનુષ્યના અંત સમયના વિચાર પ્રમાણે તેનો ખીજો જન્મ થાય છે કે કોન્ટેય ! જો મનુષ્ય જો જો વસ્તુનો વિચાર કરતાં દેહનો ત્યાગ કરે છે તે મનુષ્ય તે વસ્તુના સતત ચિંતનથી તેને જ પામે છે.” (અ. ૮, ૬)

અજ્ઞાનિય પોતાના ધર્મનિષ્ઠ આચરણથી ભ્રષ્ટ વર્ષ અથમ જીવન ગાળવા માંજો પાપમય જીવનના અધેશરમય પ્રદેશમાં અટવાઈ જઈ તે ચોરી, લૂંટ, વગેરે કરવા માંજો ને વેચવાનો પણ દાસ બન્યો. આ વેચવાથી તેને હસ સંતાન થયાં જમાના સૌથી નાનાનું નામ નારાયણ હતું.

જ્યારે તે મનુષ્ય પચારીએ પડ્યો, ત્યારે તેના મનમાં તેના સોંધી નાના દીકરા નારાયણના સંકલ્પ ઘોળાયા હતા હતા.

સંકલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

સગથે ત્રણ લય કર ચમદૂતો અગ્નિમિત્રને દેખાયા આવી લયભીત
બની અગ્નિમિત્ર ખૂબ દુઃખમાં પોતાના દોકરા નાનાયણનું નામ
પોકારના મડયે।

“નારાયણ” નામનો ઉચ્ચાર ચતા જ લગવાન ત્રાહરિના
દૂતો એકદમ ત્યા ધસી આવ્યા અને ચમદૂતોને અટકાવ્યા ત્યાં બાદ
તેઓ અગ્નિમિત્રને ત્રી વિષ્ણુના વૈકુંઠ લોકમાં લઈ ગયા.

જ્યારે ત્રીકૃષ્ણ લગવાને શિશુપાલનું માથું ચઢ્યા ઉડાવી
દીધું ત્યારે લવ્ય દિવ્ય પ્રજ્ઞરાયુક્ત શિશુપાલનો આત્મા લગવાન
ત્રીકૃષ્ણમાં લીન થઈ ગયા દુષ્ટ રિદ્ધપાલે પોતાનું આત્મ દુષ્ટ
ત્રીકૃષ્ણની નિંદાના જ ચિત્તનમાં ગાળ્યું હતું, આથી મ્હણે સમયે
તેણે તેમાં જ પ્રવેશ કર્યો।

હયિજને જ્યારે ભમરી ડખ મારે છે, ત્યારે તે ભમરીનું
ચિત્તન કરે છે આવી તે ભમરીરૂપ બની જાય છે તેની જ રીતે,
જ માણસ લગવાન ત્રીકૃષ્ણ પગ મનને સ્થિર કરે છે તે પોતાના
બધા પાપથી મુક્ત થઈ તેને જ પામે છે જેમ કે ગાંધીઓ કામથી,
દસ લાયકો, શિશુપાળ દેવથી ને નારદ પ્રેમથી લગવાનને પામ્યા

લગવાન ત્રીકૃષ્ણ ગીતામાં કહે છે, “જે પુરુષ એકવાર માત્ર
ચિત્તન કરતાં અને સદા રહ્યા કરે છે, એવા યોગી જેનું બધું
અખંડ મારામાં એકત્રિય છે, તેને હું જીનજા છું આની રીતે મને
પાળીને જિન્હા સિદ્ધિએ પૂરી રીતે પામેના પુરુષ ફરી દુઃખની ખાણ-
રૂપ એની જન્મમરણની પરપરાને પામતા નથી પ્રલોક ક મુર્ખી
ગતિ પામેલાઓ પણ ઢી આ પૃથ્વી પર પાછા જન્મે છે, પણ હું
અર્જુન ! જેઓ મને પામે છે તેઓ ફરી આ લોકમાં જન્મતા
નથી ” (અ ૮ ૨૪, ૨૫, ૨૬)

સ કલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

ગળા ભરતને હજુના જન્મ પા રૂપ આપવાથી તેને જિંદગી, પણ તેના તે આવન્ત થઈ ગયા, આથી મૃત્યુ રૂપે તેમને રૂપનો જ વિચાર આવતા તેમનો જન્મ હજુ રૂપે જ થયા પણ તે શુદ્ધ આત્મા હોવાથી પોતાના પૂર્વ જન્મનું જ્ઞાન નાશ પામ્યું નહિ

જે મનુષ્યે સતત સાધના દ્વારા આખા જીવન દરમ્યાન પોતાના મનને સયમના ગાંઠો ઇશ્વરના જ જોડાનો પ્રયાસ કર્યો હોય છે, તેના મનુષ્યન મનુષ્ય સમય ક્રમ ઇશ્વરનો જ વિચાર આવે છે આ એકમે દિનમ, અઠવાડિય કે મહિનાની સાધનાથી બના નકે નહિ તેને માટે તો આખા જીવન પર્યંત સાધના, પ્રયાસ ને પુરુષાર્થ જોઈએ

જીવનનો કેલો સકલ્પ જ પડીતા જન્મને નક્કો કરે જે વાસ્તુ કે જે સકલ્પે આખા જીવન દરમ્યાન પ્રવાનપદ ભોગવ્યું હોય તે જ સકલ્પ મૃત્યુ નમય સ્ફુરી જાને જ નામાન્ય જીવનવ્યવહારમાં જે વસ્તુ બાબત મનમાં રહ્યું ચાલી નું હોય તે મનથી જ મૃત્યુ રૂપે નિવાન આવે છે આ જેલો સકલ્પ બીજા જન્મમાં મનનાના નરીન્નો પણ નિષ્ણાવડ બને જે જેવા મનુષ્યના સકલ્પ તેવો જ તે બનનાનો

૧૨ માર્ગિક વિચારો માટે યોગ્ય પદ્માદભૂમિકા

મોટા ભાગના મનુષ્યાને પોતાના સકલ્પના આવાન તરીકે મૂર્ત વસ્તુઓની જરૂર પડ છે તેમને આવારે સકલ્પો ઉત્પત્તિ વાય છે એટલું જ નહિ પણ, મનમાંના મધા સકલ્પો આ કેન્દ્રોના આસપાસ ધૂમ્મા કરે છે મનનું આનું જ અવગત છે મનને કેન્દ્રિત કરના માટે આમ સકલ્પો માટે પદ્માદભૂમિકાના જરૂર પડ છે

વિચારશક્તિ

માટે તમાગ મન્દુપી માનનિઃ મૂર્તિઓ માટે હમેશા
નાસ્તિક પત્તાદ્મનૂમિન ગણેા જે લોષ રમ્મુનુ મન ગાઢ ચિંતન
ડરે છ તે તે રમ્મુનુ ન્પ મન ધાન્સુ ડરે છે જે તે નાગીનો
વિચાર ડરે તો ત નાગીનુ ન્પ ધાન્સુ ડરે છે જે તે દ્વાધમ
મનીસગા ભગસાન શ્રીષ્ણુ ચિતન ડરે તો તે શ્રીષ્ણુ ૩૫
ધાન્સુ ડરે છ માર ૪ તમાગ મનન યાન્ય તાલીમ આપી તેને
ચિંતન માટે હમેશા સાસ્ત્રિક આદાર આપવો જોઈએ

સંકલ્પ કેળવણી માટે યોજનાઓ

પાઠ્ય પોતાના પુત્ર ને પૌત્રો માટેના પ્રેમ જોડામાં આવશે મોટા ભાગના મનુષ્યના વિચારોનું પ્રેરણાનું ધણું ને ઘણું જ હોય છે આજકાલ યુનિવર્સિટી ડિગ્રીનાળા લોકો માન્ય રીતે કેળવણેના ન સંસ્કારી જણાય છે પણ આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની મરખામણીમાં તેમનું જ્ઞાન ખાત બૂસાડપ છે આના લોકોના જીવનમાં કોઈ પણ આદર્શ, નિશ્ચિત કાર્યક્રમ અથવા સમ્પ્રદાય માટે માર્ગદર્શિકા જોવા નથી પેન્શન મળ્યા બાદ ટેક્યુરી ક્લેક, ત્રીજી પત્ની પરણે છે અને કોઈ રોગના દીવાન તરીકે નામ કર્યા મળી પડે છે

સામાજિક રચનાઓમાં માણસની વિવિધ પ્રિયારો તેમ જ સિદ્ધાંત, કોઈ ને વેગેરના પ્રિયારોથી ભરપૂર હોય છે આ પ્રેરણાના સમ્પ્રદાયો તેના મનમાં અડે જમાવે છે-અરે, મનુષ્ય તેના ગુલામ જ બનાવે હોય છે આમાંથી પોતાના મનને સુક્ષ્મ કરી બીજા સારા બન સમ્પ્રદાય પગ મનને ચિરંજીવી તે બાણુતો જ નથી તેને પ્રિયારના નિર્માણ મનને સ્વભાવ ને તેની સક્ષમ પ્રક્રિયાનું જ્ઞાન જ નથી તેના પામે ભૌતિક રિદ્ધિચિદ્ધિ તેમ જ યુનિવર્સિટીમાંથી મેળવેનું પુનઃજિવિ જ્ઞાન પુષ્કળ પ્રમાણમાં હોના જતા તેની સ્થિતિ ખૂબ દયાજનક છે તેનામાં રિવેકનો ઉદ્વેગ થયો હોતો નથી તેને નત, ધર્મશાસ્ત્ર ને ઇશ્વરના શ્રદ્ધા હોતી નથી યોગ્ય મનોબળની ખામીને લીધે તે પાપમય ઇન્દ્રિય, વાસના કે વાચનની સામે થઈ શકતો નથી, આમ મનમાં ઈશ્વરને ભરે ન મારતો મદ, મોહ, આનંદ, રંગેરેને દૂર જના માટે નિયમિત સત્સંગ એટલે સાધુ, સન્નામી કે મહાત્માઓનો અગ એ જ મુખ્ય ઉપાય છે

/ નિવૃત્તિ બાદ મનુષ્યે પોતાના સમ્પ્રદાયની ભૂમિકા તદ્દન બદલી નાખવી જોઈએ અને પોતાનો સમય તરવજ્ઞાન, જ્ઞાનોનો

વિચારશક્તિ

જ્ઞાનપ્રાપ્તિ માટે શરીરને વિષય પદાર્થો તેમ જ મન અને અધમ વિચારોને એકબીજાથી અલગ કરવાની જરૂર છે, ત્યારે જ દિવ્ય પ્રકાશ જિતરી સકે જેમ વાઇસરોયના સ્વાગત માટે બંગલાને ઝાળાઝાખરાં વાળીઝૂલી સાફ કરવામાં આવે છે તે બગીચામાંનું ઘાસ નીદી કાઢવામાં આવે છે, એવી જ રીતે વાઇસરોયના પણ વાઇસરોય એવા પવિત્ર 'જ્ઞાન'ને આગત કરવા માટે મનરૂપી મહેલમાંથી બધા દુર્ગુણો, વાસનાઓ અને અધમ સંકલ્પો રૂપી કચરો સાફ કરી નાખવો જોઈએ.

જ્યારે મનમાં દોષ પણ સંકલ્પ કે ઇચ્છા હિતવન્ન થાય છે, ત્યારે વિષયી માણસ તેને એકદમ આવકારી સંતોષવાને માટે પ્રયામ કરે છે પણ આવક તો વિવેક દ્વારા અયોગ્ય જણાતાં તેને તત્ત જ બહાર ફાંકી દાંડે છે સુઘ્ન પુત્રો વિષયી ઇચ્છાની એક નાનીમગ્ની ચિનગારીને પણ મહાન અનર્થરૂપ માને છે. માટે તેઓ દોષ પણ જાળની ઇચ્છાને મનમાં ધ્યાન આપતા જ નથી તે માન આત્મામાં જ આનંદ માણે છે.

મંદલપથી સર્જનની ક્રિયા શરૂ થાય છે મંદલપ એટલે જ અમૂર્તમાંથી બાહ્ય મૂર્ત રૂપ ધારણ કરવું તે સંકલ્પ એટલે જ બેદબાવ, અનેકતા અને શુદ્ધનો લોપ મંદલપ એટલે જ સંસાર. સંકલ્પથી જ રાત્રે આથિ તાપાત્મ્ય બીજ રોપાય છે તે 'હું' ને 'માગ'પણું હિતવે છે.

મંદલપ જ નેજકાળને હિતવન્ન કરે છે. વૈરાગ્ય અને અજ્ઞાન દ્વારા આ મંદલપોને બંધ કરો અને મુક્ત સચ્ચિદાનંદમાં મગ્ન થાઓ સંકલ્પનાત્મકો નાશ થતાં હૃદયમુક્ત સ્થિતિને પામશો.

સંકલ્પ દ્વારા સંકલ્પથી પાર જવું

૧ મ કલ્પો અને જીવન

મુખ્ય વિચારના પરિણામોને જીવન કહે છે અને તેમાં આનંદ થાય છે તે વિચાર કહે છે કે જો સ્વર્ગ માટે જુદા જ સાધનો આપી તે મેળવના માટે પ્રયાસ કરે છે ત્યાર બાદ તે મેળવે છે અને તેનો ઉપભોગ કરે છે જો તે જગ્યા આનંદ થાય છે કંઈ કંઈ તેને જો નેતાની ટેવ પડી જાય છે અને કોઈ નિશ્ચય વગર તેને તે મળતા નથી ત્યારે તેને કુખ થાય છે

આમ સંકલ્પથી આનંદ આનંદિતાથી જન્મ અને જન્મથી કોઈ ઉત્પન્ન થાય છે કેમ કે એક જાતની મજાથી જન્મ ન જોવાય ત્યારે કોઈ થાય જ કોઈથી મોડા ઉત્પન્ન થાય છે મોડાથી વાસ્તવિકતાને વાસ્તવિકતા સાથે જુદા થાય છે જુદાના નામ થતા જ મનુષ્યનો મનુષ્ય નામ થાય છે માટે જો તમે સાચી સાચી મેળવના જન્મના દો તો મોડા વિચારના પરિણામોની જન્મ કરો નહિ પણ દમેશા વાસ્તવિકતાને માટે આનંદ સ્વરૂપ આનંદ જ ચિંતન કરો

વિચારશક્તિ

છમઝઓ પોતે નિર્દોષ છે તે સંકલ્પશક્તિથી જ્યંત બને છે ત્યારે જ ખૂબ અનર્થ કરે છે મનુષ્ય વિષયભોગોના પદાર્થોનું ચિંતન કર્યા કરે છે અને એમ માને છે કે તેથી તેને ખૂબ મુખ મળશે આમ, કલ્પનાથી વાસના ઉત્તેજિત થાય છે કલ્પના છમઝઓ સાથે એજવ થતાં છમઝઓ ને વેગને ચેતન મળે છે અને મોહાંધ જન પર જોરપૂર્વક દહો કરે છે

૨. મંકલ્પો અને ચારિત્ર્ય

મનુષ્ય માત્ર સન્નેત્રવશ પ્રાણી નથી બિલ્લટું, તેના સંકલ્પો મળેગોને ધડે છે ચારિત્ર્યશીલ મનુષ્ય સંનેત્રોમાથી નવજ્યન નિર્માણ કરે છે તે મતત પ્રયત્નશીલ બની આગળ વધે છે તે પાળ્ય દષ્ટિ રેડતો નથી, પણ દિમનભેગ આગળ ધપે છે

તેને નિધોનો ભય હોતો નથી, તે ઝી હુંઆપુઆ થતો નથી નાશિમત કે નિરાશ પણ થતો નથી તે શક્તિ, ઉત્સાહ, ચેતન ને જીનથી જગપૂર હોય છે તે સદા ખત ને ઉત્સાહથી ઉભરાતો હોય છે

સંકલ્પો રૂપી ધટો દ્વારા ચારિત્ર્યરૂપી મહેલ બધાય છે ચારિત્ર્ય દનામાથી મજલુ નથી, તેને યડલુ પડે છે માટે પ્રથમ તો ઉત્તમ ચારિત્ર્ય નિર્માણ કરવાનો દદ નિશય જોઇએ, અને ત્યારબાદ તેને અમલી બનાવવાનો સતત પ્રયાસ કરવો જોઇએ

તમારું ચારિત્ર્ય યડો એટલે તમારું જીન આપોઆપ ધડારો ચારિત્ર્ય એજ પ્રયત્ન શક્તિ છે તે જ મોદામાં મોટી વાગમ છે તેનાથી મિત્રો મળે છે, આશ્રય મળે છે તે સહાય મળે છે દ્રવ્ય પણ તેથી જ મળે છે પૈસા, કાર્તિ, સફળતા અને મુખ મેળાસા માટેનો આ નૌથી સહેલો અને ચોક્કસ ઉપાય છે

સંકલ્પથી પાર જવું

વિજય અને પરાજય, સફળતા અને નિષ્ફળતા તેમ જ છપનના બધા પ્રસંગોમાં ચારિત્ર્ય એ જ નિર્ણાયક તત્ત્વ છે આ લોકમાં તેમ જ પરલોકમાં સારા ચારિત્ર્યવાળો મનુષ્ય જ ઉત્તમ સુખ મેળવે છે.

પ્લેટફોર્મ પરથી આવવામાં આવતાં ભાગ્યો, પ્રવચનો, શબ્દના સિનેમા અને આડંબરો ક્રના પ્રેમદયા ને વિનયથી કરેલાં નાનાં નાનાં કૃત્યો, ખીજાઓ માટે લાગણી કે થોડું પણ દાન રોજના બ્યવહારનાં અમલમાં મૂકવામાં આવે તે તમારા ચારિત્ર્યને વધારે ઉત્તમ બનાવશે.

પ્રખળ ઉત્તમ સંકલ્પો દ્વારા ભવ્ય ચારિત્ર્ય ખીસવી શકાય છે. આડું ચારિત્ર્ય એ વ્યક્તિગત પ્રયાસનું પરિણામ છે પોતાના જ પુરુષાર્થનું એ કળ છે

જમત પર માત્ર પૈસા, મત્તા કે શુદ્ધિનું રાજ્ય નથી. ખરી રીતે તો શુદ્ધ ચારિત્ર્ય અને નૈતિક શ્રેયોભાવનું જ જગતમાં સવન સામ્રાજ્ય છે.

ચારિત્ર્ય વિનાની સમૃદ્ધિ, મોડું નામ, કીર્તિ, વિજય, વગેરેની કંઈ પણ કિંમત નથી બધાની પાછળ ચારિત્ર્યનું પીકળળ હોયું જોઈએ આ ચારિત્ર્ય તમાગ સંકલ્પથી જ ધકાય છે

૩. સંકલ્પો અને શબ્દો

ઉચ્ચારેલા દરેક શબ્દમાં શક્તિ રહેલી છે સંકલ્પો કે વૃત્તિઓ એ પ્રકારનાં છે (૧) શક્તિ વૃત્તિ (૨) શબ્દોનાં ગેહી લક્ષણવૃત્તિ.

ઉપનિષદોમાં લક્ષણા વૃત્તિનું પ્રાધાન્ય જોવામાં આવે છે “વેદસ્વરૂપોડકમ્” નો અર્થ “વેદનું સ્વરૂપ” એમ થતો નથી લક્ષણાવૃત્તિથી આનો અર્થ “જે માત્ર ઉપનિષદના અભ્યાસથી એટલે કે સમ્પદ પ્રમાણથી જ પ્રાપ્ત થઈ શકે એવું ક્ષત્ર” થાય છે.

વિચારશક્તિ

શુદ્ધમા ગ્રહેની શક્તિને અનુભવેા બે દેાઈ બીજને તમે
સાના બામાશ કે મૂર્ખ કડી બોનાવશે તો તેના મગજનો પારો
એકદમ ચડી જશે અને કબ્રિયો થને પણુ બે તમે ભગવાન,
પ્રભુ કે મજાગજ ડી બોનાવશે તો તે ખૂમ જ પ્રસન્ન થશે

૪ મહત્વેા ને કાર્યો

મહત્વ એ કાર્યનુ સુકુમ બીજ છે શારીરિક કાર્યો તદિ
પણુ માનસિક કાર્યો જ આરા મરો છે માનસિક કર્મ એ
જ સાનુ કર્મ

નિચાગ અને કર્મ એકમીજ પગ પરપગ અવરબન
રાખે છે મહત્વ અને મન જુદી જુદી રસુઓ તથી મન
સમ્બંધેાનુ જ નેનુ છે

સંકલ્પથી પાંચ જુનું

નાશ કરવાનો પ્રયાસ કરે તો તમારા સંકલ્પોનું આવર્તન અને તેના રહેવાના સમયનો ખાલો પણ ઓછો થશે દર મિનિટે ઉદ્ભવતા સંકલ્પોની સંખ્યા પણ ઓછી થશે

હંમેશાં યાદ રાખો કે જેમ સંકલ્પો થોડા તેમ જ્ઞાનિ વધારે કોઈ મોટા શહેરમાં સદામાં રચ્યાપચ્યા રહેતા શાહુકારનું મન સમૃદ્ધિ ભોગવવા છતાં અસ્થિર ને ચંચળ હોય છે, ત્યારે દિમાસ્યની શુકાની અંદર રહેતો સાધુ ખરીબાઈમાં રહેવા છતાં મનોનિયંત્રણની સાધના કરતો હોય તો તે ખૂબ સુખી હોય છે.

જેમ સંકલ્પો ઓછા તેમ માનસિક બળ ને એકાગ્રતા વધારે. ધારો કે એક કલાકમાં તમારા મનમાં સામાન્ય રીતે સરેરાશ ૧૦૦ સંકલ્પો ઉદ્ભવે છે. જો તમે તેને એકાગ્રતા ને ધ્યાનની મેળસાધના દ્વારા ઓછા કરી ૬૦ સુધી લઈ જાઓ તો તેનો અર્થ એ થયો કે તમે મનની ૧૦ ટકા એકાગ્રતાશક્તિ મેળવી છે

વિચારશક્તિ

શબ્દમાં રહેલી શક્તિને અનુભવો. જો કોઈ બીજાને તમે સાક્ષાત્, બદમાશ કે મૂર્ખ કહી બોલાવશો તો તેના મગજનો પારો એકદમ ચડી જશે અને કળિયો થશે. પણ જો તમે ભગવાન, પ્રભુ કે મહારાજ કહી બોલાવશો તો તે ખૂબ જ પ્રસન્ન થશે.

૪. સંકલ્પો ને કાર્યો

સંકલ્પ એ કાર્યનું મુખ્ય બીજ છે. શારીરિક કાર્યો નહિ પણ માનસિક કાર્યો જ સાચાં કાર્યો છે. માનસિક કર્મ એ જ સાચું કર્મ.

વિચાર અને કર્મ એકબીજા પર પરસ્પર અવલંબન રાખે છે. સંકલ્પ અને મન જુદી જુદી વસ્તુઓ નથી. મન સંકલ્પોનું જ બનેલું છે.

સંકલ્પથી પાંચ જાતું

નાશ કરવાનો પ્રયાસ કરે તો તમારા સંકલ્પોનું આવર્તન અને તેના રહેવાના સમયનો ગાળો પણ ઓછો થશે. દર મિનિટે ઉદ્ભવતા સંકલ્પોની સંખ્યા પણ ઓછી થશે.

દમ્ભેશાં યાદ રાખો કે જો સંકલ્પો થોડા તેમ જાંતિ વધારે કોઈ મોટા શહેરમાં સદામાં રચ્યાપચ્યા રહેતા શાહુકારનું મન સમૃદ્ધિ ભોગવવા છતાં અસ્થિર ને ચંચળ હોય છે, ત્યારે હિમાલયની શુકાની અંદર રહેતો સાધુ ગરીબાઈમાં રહેવા છતાં મનોનિયંત્રણની સાધના કરતો હોય તો તે તે ખૂબ સુખી હોય છે.

જો સંકલ્પો ઓછા તેમ માનસિક બળ ને એકાગ્રતા વધારે. ધારો કે એક કલાકમાં તમારા મનમાં સામાન્ય રીતે સરેરાશ ૧૦૦ સંકલ્પો ઉદ્ભવે છે. જો તમે તેને એકાગ્રતા ને ધ્યાનની યોગસાધના દ્વારા ઓછા કરી ૬૦ સુધી ઘટાડો તો તેનો અર્થ એ થયો કે તમે મનની ૧૦ ટકા એકાગ્રતાશક્તિ મેળવી છે.

ઓછો કરેલો એકએક સંકલ્પ મનની શક્તિ ને શાંતિમાં વધારો કરે છે એક સંકલ્પ પણ ઓછો થતાં જ માનસિક બળ ને શાંતિમાં વધારો થવાનો જ. શરૂઆતમાં તમને આનો ખ્યાલ પણ નહિ આવે. કારણ કે તમારી જીદિ એટલી સૂક્ષ્મ નથી, પણ અંદરના આધ્યાત્મિક મિટર દ્વારા એક પણ સંકલ્પનો ખટાડો માપી શકાય છે. જો તમે એક સંકલ્પને ઓછો કરી શકશો તો તમને એટલું આધ્યાત્મિક બળ પ્રાપ્ત થશે કે જેથી કરીને તમે બીજા સંકલ્પોને સહેલાઈથી ઓછા કરી શકશો.

૬. સંકલ્પ, શક્તિ અને પવિત્ર વિચારો

દયર કે એનર્જી કરતાં પણ સંકલ્પનું સ્વરૂપ વધારે સૂક્ષ્મ છે. આથી જ તમારા સંકલ્પો વિશ્વના સમૂદયત સંકલ્પોની સાથે સંવાદી હોય છે.

વિચારશક્તિ

ગમ્દમાં રહેતી શક્તિને અનુભવો જો કોઇ બીજાને તમે સાના, બન્ધાશ કે મૂર્ખા કહી બોનાવશો તો તેના મગજનો પારો એમ્દમ ચડી જશે અને કબિયો થશે પણ જો તમે ભગવાન, પ્રભુ કે મહાગજ ૧ મોનાવશો તો તે ખૂબ જ પ્રસન્ન થશે

૪ મ કદ્દપો ને કાર્યો

મમ્દપ એ કાર્યનું મુકુમ બીજ છે શરીરનું કાર્યો નહિ પણ માનસિક કાર્યો જ સાચા કાર્યો છે માનસિક કર્મ એ જ સાચું કર્મ

વિચાર અને કર્મ એકબીજા પર પરસ્પર અવનબન રાખે છે મમ્દપ અને મન બુદ્ધી બુદ્ધી રસ્તુઓ નથી મન સકદ્દપોનું જ બનેલું છે

ગમ્દ એ ન દેખી શકાય એના મૂલ્ય વિચારનું બાહ્ય મકપ છે આ બિનાય બીજું કંઈ નથી અનુકૂળ તેમ જ પ્રતિકૂળ ઇચ્છા કે જમતી અણુગમતી ભાવનાથી કાર્ય ઉદ્ભવે છે આની અનુકૂળતા તેમ જ પ્રતિકૂળતાની નામગીરીઓ ઉત્પન્ન થવાનું માન્યુ એ છે કે આપણે રસ્તુઓને મુખદાયક કે દુઃખદાયક ગણી મેળીએ છીએ વિચારમાત્ર પરિમિત છે કેવળ ભૌતિક ક્રિયાઓ પણ અપૂર્ણ રીતે સર્જી શકે છે ૧૫ એવી હોતી નથી, તો પછી અનિર્વચનીય પરમતત્ત્વ સર્જન તો મ્યાથી સહ શકે ? શરીર અને તેના અસ્યવોમા મનના મત્તા બિનાય બીજું કંઈ જ નથી

૫ મ કદ્દપ, શાંતિ અને શક્તિ

જેમ ઇચ્છાઓ થોડી તેમ મમ્દપો પણ થોડા મારે તદ્દન સામનાદીન મનો આથી મનઠપી નક્કી ગતિ નવન અગમી જશે તમાની જરૂરિયાતો ઓછી હશે જે તમારા ઇચ્છાઓને વૃદ્ધિ પ્રદાનો પ્રયાસ ન હશે જો તમાની ઇચ્છાઓને એક પછી એક

નાશ કરવાનો પ્રયાસ કરે તો તમારા સંકલ્પોનું આવર્તન અને તેના રહેવાના સમયનો ગાળો પણ ઓછો થશે દર મિનિટે ઉદ્ભવતા સંકલ્પોની સંખ્યા પણ ઓછી થશે.

દમ્ભેશાં યાદ રાખો કે જેમ સંકલ્પો થોડા તેમ ગાંતિ વધારે કોઈ મોટા શહેરમાં સડામાં રચ્યાપચ્યા રહેતા શાહુકારનું મન સમૃદ્ધિ ભોગવવા છતાં અસ્થિર ને ચંચળ હોય છે, ત્યારે દિમાલ્સની ગુફાની અંદર રહેતો સાધુ ગરીબાઈમાં રહેવા છતાં મનોનિયંત્રણની સાધના કરતો હોય તો તે તે ખૂબ સુખી હોય છે.

જેમ સંકલ્પો ઓછા તેમ માનસિક બળ ને એકાગ્રતા વધારે. ધારો કે એક કલાકમાં તમારા મનમાં સામાન્ય રીતે સરેરાશ ૧૦૦ સંકલ્પો ઉદ્ભવે છે. જો તમે તેને એકાગ્રતા ને ધ્યાનની યોગસાધના દ્વારા ઓછા કરી ૬૦ સુધી ઘટાડો તો તેનો અર્થ એ થયો કે તમે મનની ૧૦ ટકા એકાગ્રતાશક્તિ મેળવી છે.

ઓછો કરેલો એકએક સંકલ્પ મનની શક્તિ ને શાંતિમાં વધારો કરે છે. એક સંકલ્પ પણ ઓછો થતાં જ માનસિક બળ ને શાંતિમાં વધારો થવાનો જ. શરૂઆતમાં તમને આનો ખ્યાલ પણ નહિ આવે. કારણ કે તમારી બુદ્ધિ એટલી સૂક્ષ્મ નથી, પણ અંદરના આધ્યાત્મિક મિટર દ્વારા એક પણ સંકલ્પનો પ્રતાકો માપી શકાય છે. જો તમે એક સંકલ્પને ઓછો કરી શકશો તો તમને એટલું આધ્યાત્મિક બળ પ્રાપ્ત થશે કે જેથી કરીને તમે બીજા સંકલ્પોને સહેલાઈથી ઓછા કરી શકશો.

૬. સંકલ્પ, શક્તિ અને પવિત્ર વિચારો

દયર કે એનર્જી કરતાં પણ સંકલ્પનું સ્વરૂપ વધારે સૂક્ષ્મ છે. આથી જ તમારા સંકલ્પો વિશ્વના સમૂદ્રગત સંકલ્પોની સાથે સંવાદી હોય છે.

સંકલ્પ એ શક્તિ તેમ જ ગતિ છે સંકલ્પ ક્રિયાશીલ છે અને તેને ગતિ હોય છે તે ભવિષ્યને નક્કી કરે છે. જેવા તમારા વિચાર તેવું જ તમારું ભવિષ્ય સંકલ્પ જ સત ને પાપીને સરળ છે સંકલ્પ જ મનુષ્યને ઘડે છે. ‘હું’ બ્રહ્મ છું” એવી સંકલ્પ ગતિમાન કરે અને જરૂર તમે બ્રહ્મ જ થવાના.

એક પવિત્ર વિચાર ધીજા અનેક પવિત્ર વિચારોને ઉત્પન્ન કરે છે અને ટકાવી રાખે છે. ત્યારે તિરસ્કાર ને વેરઝેરના વિચારો હૃદયના આતરિક સુમેળમાં ખલેલ પહોંચાડે છે દરેક નકામો સંકલ્પ શક્તિનો ક્ષય કરે છે. નકામા સંકલ્પો આધ્યાત્મિક વિકાસમાં અડચણરૂપ બને છે. માટે દરેક સંકલ્પની પાછળ ચોક્કસ ઉદ્દેશ હોવો જોઈએ.

નિર્વેધાત્મક પાપમય વિચારોથી મનુષ્ય ભયમુક્ત બની શકતો નથી ધૈર્યથી ક્રોધ તેમ જ ચીડિયાપણા પર વિજય મેળવી શકાય છે. પવિત્રતા કામ પર વિજય મેળવે છે. મન એ રાજ તો શું પણ પ્રતિક્ષણે પોતાનાં રૂપ ને રંગ બદલે છે

૭. બંધનકારક સંકલ્પો

પોતાની ભેદ ઊત્પન્ન કરવાની વૃત્તિથી મન આ સંસારને જન્મ આપે છે. મનના સંકલ્પોનું વિષયભોગના પદાર્થો તરફનું વલણ ને વિકાસ એ જ માયાનું બંધન.

સંકલ્પોનો નાશ એ જ મુક્તિ. સરઆતમાં મન શરીર અને વિષયભોગો પ્રત્યે આસક્તિ ઊત્પન્ન કરે છે અને આસક્તિ દ્વારા મનુષ્યને બાંધે છે. આ આસક્તિ રજસ્વતા બળને લીધે છે.

સત્ત્વથી આસક્તિનો લય થાય છે, જેથી મનમાં વિવેક વૈરાગ્યનો ઉદય થાય છે. રજ્જેગુણપ્રધાન મનથી ‘હું’ ને ‘મારા’ ના વિચારો તેમજ શરીર, વસ્તુ, જાતિ, રંગ, આશ્રમ, વગેરેના ભેદો ઊત્પન્ન થાય છે.

આ સંસારના વિવિધ ક્ષિપ્રભોગો ડાહી જમીનમાં મનના બેદ્રમય વિકસિત સંકલ્પથી બીજને પોષણ મળતાં તેમાંથી મૃગજળ જેવી માયારૂપી વિષમય વૃક્ષ ફાલેફાલે છે.

૮. શુદ્ધ સંકલ્પો દ્વારા થતો પરમ અનુભવ

સંકલ્પ બે પ્રકારના છે : શુદ્ધ અને અશુદ્ધ સંકલ્પો. દરેકની ઇચ્છા, જપ, ધ્યાન, ધાર્મિક ક્રિયાઓ અભ્યાસ, વગેરે શુદ્ધ વિચારો છે, ત્યારે સિનેમા જેવાની ઇચ્છા, બીજને લોકસાન કે ઇજ્જત કરવાની વૃત્તિ, તેમજ જાતીયવાસના તથા કરવાની ઇચ્છા એ અશુદ્ધ વિચારો છે.

શુદ્ધ પવિત્ર વિચારોની વૃદ્ધિ કરી અશુદ્ધ સંકલ્પોનો નાશ કરવો જોઈએ અને છેવટે તો શુદ્ધ સંકલ્પોનો પણ ત્યાગ કરવો જોઈએ.

ઇન્દ્રિયોના વિષયભોગના વારંવાર આનંદાનથી તે પ્રિયતા સંકલ્પોનું બળ વધતું જાય છે, કેમ કે હરેક વિષયભોગ મન પર સક્ષમ છાપ કે સંસ્કાર મૂકી જાય છે.

મનનું ખરું સ્વરૂપ માન સત્ય છે, તેમાં અકસ્માત રીતે વચ્ચે રજસ અને તમસ જોડાય છે. તેને તપ, નિષ્કામ સેવા, શમ, દમ, જપ, પૂજન, વગેરે શુદ્ધિ કરનાર ક્રિયા કે સાધનાથી દૂર કરી શકાય જો તમ દેવી સંપત્તી વૃદ્ધિ કરે તો તેની મેળે રજસ અને તમસનો નાશ થશે આથી મન શુદ્ધ, સક્ષમ, સ્થિર અને એકાગ્ર બનશે, જેથી કરીને તે અખંડ એકરસ બ્રહ્મમાં લીન થશે ત્યારે જોમ દૂધ દૂધ સાથે, પાણી પાણી સાથે ને તેવ-તેવ સાથે લગી જાય તેમ મન બ્રહ્મમાં મળી જશે-પરિણામે નિર્વિકલ્પ સમાધિ પ્રાપ્ત થશે.

વિચારશક્તિ

૯. સંકલ્પવિજય માટે રાજયોગિક સાધના

અનુદ્ધ સકલ્પોને બદલે શુદ્ધ વિચારોને સ્થાન આપો. આ પદ્ધતિથી બધા અનિદ્ર ને અધન વિચારોનો નાશ કરી શકાશે. પણ આ બહુ સહેલું નથી આ રાજયોગીની પધ્ધતિ છે.

“અરે દુષ્ટ વિચારો, હટી જાઓ”-આમ તીવ્ર ઇચ્છાપૂર્વક બળજોરથી સકલ્પોને હાકી કાઢવાની પદ્ધતિથી મગજને ઘણો શ્રમ પડે છે. સામાન્ય લોકોને આ રીત અનુકૂળ આવે તેમ નથી તેમાં પ્રયત્ન ઇચ્છાશક્તિ અને આધ્યાત્મિક બળની જરૂર પડે છે.

શુદ્ધ વિચારોથી પણ પેલે પાર જઈ સર્વોત્તમ નિર્વિકલ્પ સ્થિતિએ પહોંચવું જ પડે. ત્યારે જ તમે તમારા સ્વરૂપમાં સ્થિર થઈ શકો. ત્યારે જ તમે હચેળીમાંના આમળાની જેમ પ્રત્યક્ષ પ્રહનનાં દર્શન કરી શકશો.

૧૦. સંકલ્પવિજય માટે વેદાંતી સાધના

જ્યારે સર્વ પ્રકારના નકામા વિચારો અને જોર્જિઓ તમને ખૂબ હેરાન કરે ત્યારે તેમને ખંખેરી નાખા ઉદાસીન બની જાઓ. તમારી જાતને કહો : ‘હું કોણ છું ?’ અને તેનો જવાબ આપતા હો તેમ મનન કરો, “હું મન નથી, હું તો સર્વવ્યાપક, શુદ્ધ, સચ્ચિદાનંદ આત્મા છું. વૃત્તિઓ મારા પર અસર કેમ કરી શકે ! હું તો વીતરાગી ને નિર્લેપ છું હું તો આ બધી વૃત્તિઓનો સાક્ષી છું. મને કોઈ પણ વસ્તુ ક્ષુબ્ધ કરી શકે જ નહિ.” જ્યારે તમે આવા વેદાંતી વિચારો દ્વારા વારંવાર સૂચન કરશો કે તરત જ નકામા વિચારો ને વૃત્તિઓ ચાલ્યા જશે. આમ, મનને પગવતા વિચારો ને વૃત્તિઓને હાકી કાઢવા માટે આ ઉત્તમ જ્ઞાનમાર્ગ છે.

જ્યારે કોઈ પણ વિચાર મનમાં ઉત્પન્ન થાય ત્યારે પ્રશ્ન પૂછો, “આ વિચાર શા માટે ઉત્પન્ન થયો ? તે કોના સંબંધી છે ?

હું કેણુ છું ?” આમ, અંતર અન્વેષણ કરતાં તેની મેળે બધા વિચારો નાશ પામશે, મનની બધી વૃત્તિઓ શમી જશે અને મન અંતર્મુખી બની આત્મામાં સાંત થશે. આ વેદાંતી સાધનામાં તમારે સતત લાગ્યા રહેવું પડશે.

જ્યારે જ્યારે ક્ષણતુ સંકલ્પ મગજમાં ઉત્પન્ન થાય ત્યારે ત્યારે “હું કેણુ છું ?” આ વિચાર બધા દુન્યવી સંકલ્પોને હાંકી કાઢશે તે તે વિચારો પોતાની મેળે જ નાશ પામશે. અહંભાવ નાશ પામતાં શેષ “કેવલ અસ્તિ-ચિન્માત્ર-કેવલ શુદ્ધ ચૈતન્ય-ચિરાકાશમાત્ર રહેશે, જે નામરૂપરહિત, વ્યવહારરહિત, મલવાસનારહિત, નિષ્ક્રિય, નિરવયવ તત્ત્વ છે, જેને માંડૂક્ય ઉપનિષદ્ શાંત-શિવ-અદ્વૈત તરીકે ઓળખાવે છે. તે જ આત્મા છે-ચેતતત્ત્વ છે.



વિચારશક્તિનું તત્ત્વજ્ઞાન

૧. વિચારશક્તિ/અને વ્યાવહારિક આદર્શ-(૧)

મનુષ્ય જીવનક્રમમાં ખરાબમાંથી વધારે ખરાબ સ્થિતિમાં જતો જાય છે. કારણ કે પ્રાપ્ત કર્તવ્ય તે પોતાની પૂરેપૂરી શક્તિથી બજાવતો નથી જાયો તેને જ્ઞાનપૂર્વક કર્તવ્યનો સર્વોચ્ચ બદલો મળતો નથી. મનુષ્ય અપૂર્ણતાથી ભર્યાદિત છે. તેનું મન હમેશાં અસંતોષથી ઘેરાયેલું રહે છે. કેમકે તેના જીવનનો પ્રવાહ યોગ્ય દિશામાં યોગ્ય ગતિથી વહેતો નથી અહંતા મમતાને વશ થઈ તે હમેશાં સામી વ્યક્તિ પર દોષનો ટોપલો છોડવા તૈયાર થાય છે. દસ જગતના પદાર્થોની મહલાજથી તેને તૃપ્તિ ન થતાં તેનું મન સતત વ્યગ્ર રહ્યા કરે છે છતાં મનુષ્ય પોતાની વ્યક્તિગત સ્વાર્થની ભાવનાને ખડક જેવી અડગ બનાવી તેના પર પોતાના જીવનની ઇમારત ખડકતો જાય છે. સ્વાર્થી કાનનાઓને વશ થવાને લીધે જ તેનું જીવન બીજા સાથે યોગ્ય પ્રેમમય સંબંધો બાળતી શકતું નથી, તે દરેક સંબંધોના પોતાની અંજલ સુખસમવડતો જ વિચાર કરે છે.

વિચારશક્તિનું તત્વજ્ઞાન

સત્યની વેદી માનસિક દ્વેષ, કઠોરતા, સ્વાર્થ, અહંતા અને એકપક્ષી વક્તવ્યનું અભિદાન માગે છે. નાટે હે મનુષ્ય ! તારા મનને એવા સત્યને માર્ગે જવાની દેખવણી આપ કે જેથી તે પક્ષપાત ને સ્વાર્થ માટેનો રખડપાટ છોડી દઈ સત્યમાં જ સ્થિર થઈને રહે. મનુષ્યનાં દૈનિક કાર્યોમાં હમેશાં થોડેઘણે અંશે બુદ્ધ રહેવાની જ, આથી જ તેનું જીવન વિકૃત ને એકાંગ થઈ જાય છે મનુષ્યો પોતાના ખરાબ ને ખોટા વિચારથી જ એકબીજાને અળખામણા થઈ પડે છે, દ્વેષ ને ધૂણારૂપી કુભાવના તેઓના હૃદયને પીડી રહી હોય છે. મનુષ્ય એકબીજા સાથે અનેક પ્રકારનાં બંધનોથી બંધાયેલો હોય છે. જેમ કે કુળ, અહંભાવ, ભય, આશા, લોભ, વિષમક્રાંતિ, દ્વેષ, પ્રશંસા, વગેરે. આમ, અનેક પ્રકારે મનુષ્યો એકબીજા સાથે બંધાયેલા છે, પણ આધ્યાત્મિક પ્રેમના બંધનથી કેઈ બંધાતું નથી. ઉપરનાં બંધાં બંધનો ખોટા વિચારોનું પરિણામ છે.

સુર મનુષ્ય એવો સુરક્ષિત દ્વીપ બનાવે છે કે જેને કોઈ જળપ્રવાહ કુબાડી શકે નહિ. પુષ્પની સુગંધ પવનથી વિરુદ્ધ દિશામાં જઈ શકતી નથી, પરંતુ પ્રાચીની સુવાસ પવનથી સામી દિશામાં પણ જઈ શકે છે. તે પોતાના વિચારો દ્વારા સર્વત્ર વ્યાપી શકે છે. તે દૂરથી દેખાતા હિમાચ્છાદિત પર્વત જેવો છે.

હે મનુષ્ય ! જો તું તારા હૃદયને પાણીથી ભરીને તો તું અંધારાને હાંકી કાઢવા સમર્થ થઈ શકીશ નહિ. તારા હૃદયને શુભ ને સ્વચ્છ વિચારો રૂપી તેલથી ભર તારા માર્ગને પ્રકાશિત કરવાને માટે તારા શુભ સંકલ્પો મચાવરૂપ બનવા જોઈએ તારા અહંભાવ અને સ્વાર્થી અભિમાનને તૃપ્ત કરવાનો પ્રયાસ કર નહિ.

સત્યની બાબતમાં દરેક નિરાશાજનક અધઃપાતમાં પડેલ છે. મનુષ્યતા ચહેરા પર જ અગ્રણ્ય સંકલ્પોની છાપ સ્પષ્ટ પડેલી

વિચારશક્તિ

દેખાય છે છતાં આથી નિરાશ થવાને કોઈ કારણ નથી. કારણ કે પ્રકાર વિના કંઈ અંધકાર થઈ જ ન શકે. મનુષ્યની દરેક જરૂરિયાત માટે હમેશા કંઈક બચ્ચ ઉપાય તૈયાર હોય છે જ. જેઓ આવી શક્યતામાં માને છે તેમને માટે સર્વ કંઈ સંભવિત બને છે.

હે મનુષ્ય ! તું તારી દ્રષ્ટિ યોગ્ય દિશામાં ફેંક અને સત્ય નિયમોનું અવલંબન લે હમેશાં સત્ય શુભ વિચારોને ગતિશીલ બનાવ. તારા ધ્યેયને હમેશાં યાદ રાખ સુખ્ય માર્ગ મૂકી બાળુએ ફાટતા માર્ગમાં મોજ માણવાનો મનનો સ્વભાવ છે.

પવિત્ર વિચાર પોતે જ વાણીસ્વરૂપ છે. જ્યારે શુભ ચાંત હોય છે ત્યારે તે બોલે છે. તે બધાં આવરણોને છિન્નભિન્ન કરી ભવ્ય રીતે બહાર નીકળે છે અને સંસાર પરની કોઈ પણ શક્તિ તેને લાખો સમય દયાવી શકે નહિ. હે મનુષ્ય ! અસત્ય વાણિજ્યમાં રાચવું છોડી દે.

હમને માર્ગે સુખને ભેટવાનાં હવાતિયાં છોડી દે. જેમ જેમ તું ઝડપથી તેની પાછળ પડીશ તેમ તેમ તે વધારે ઝડપથી તારી પાસેથી દોડી જશે. તું તારી પોતાની જાતને માટે તેમ જ બીજાને માટે કંટક સમાન બન નહિ.

તારા સંકલ્પોના પ્રવાહની દિશા બદલી નાખ. તારા વિચારોનું બરાબર નિરીક્ષણ કર. જ્યારે જરૂરિયાત પૂરી થાય ત્યારે માત્ર કુતૂહલ જ બાકી રહે છે. જેવી તમને ગમતી બધી વસ્તુઓ મળે કે તરત જ તમે નિરાંતે બેસી કૃત્રિમ સુખ સબધી વિચારો કરવા માડા છો. આમાં જ નિયમની સીમાનું ઉલ્લંઘન થાય છે.

તમારા પોતાના જ વિચારથી તમારી દુનિયાને તમે સર્જો છો કે નાશ કરો છો. ક્રિયા ને પ્રતિક્રિયાનો આ અચળ

નિયમ છે. જે જે વિચાર તમારા હૃદયના અંતસ્તત્ત્વમાં તમે પોષણ, તે જ તમારા બાહ્ય જીવનને ઘડશે બહાર દૃષ્ટિગોચર થતી પરિસ્થિતિ આકસ્મિક લાગે છે, પણ અંદરખાને વિચારના પ્રવાહો કામ કરતા હોય છે આ વિશ્વમાં અને રાજના બનાવોમાં અકસ્માત જેવું કંઈ જ નથી માટે જ તમારા સંકલ્પોને સુધારો.

શાંત ક્ષણોમાં જ ખરેખર કાર્ય રહેલાં છે શુદ્ધ વિચારો તમારી આખી જીવનપદ્ધતિને પલટાવી નાખે છે તે મનુષ્યને વગર કંઈ કંઈ દે છે કે, તમે આમ કરવાને બદલે બીજી કોઈ રીતે કર્યું હોત તો વધારે સાડું હતું.

ધ્યાન સમયે તમે જે વિચારોને હૃદયમાં પોષો છો તે વિચારો તમારી દૈનિક દૃશ્યપાલનને સમયે મુપ્ત રહેતા જોઈએ નહિ આ ભવ્ય દિવ્ય વિચારોથી દરેક લોકે સજ્જ રહો.

પોતાના જ સંકલ્પ અને અનુભવ વિના દોષ પલ્લુ માણસ સત્યનું જ્ઞાન મેળવી શકે નહિ દિવ્ય વિચારો સદીઓના કાર્યોને થોડા સમયમાં પતાવે છે અને અનન્ય રાગ સુધી પોતાની અસર મૂકી જાય છે નારે હમેશાં દિવ્ય વિચારોને જ સેવો.

૨. વિચારશક્તિ અને વ્યાવહારિક આદર્શ—(૨)

હલકા વિચારોને ઉચ્ચ વિચારોની મદદથી હાંકી કાઢો અને જ્યારે તે ચાલ્યા જાય ત્યારે ઉચ્ચ વિચારોને પણ વળગી રહો નહિ તમારી અત્યાસ્તી ગ્રિતિ તમારા અસખ્ય પૂર્વ-જન્મના વિચાર, લાગણી ને ક્રિયાનું ફળ છે સતત વિચાર અને કર્તવ્ય કર્યા સિવાય તેનાથી સહેલાઈથી મુક્ત થઈ શકાય નહિ,

વિચારશક્તિ

૨ વિચાર એ કર્મનો જનક છે જો તમારે તમારા કાય મુધારના હોય તો તમારા વિચારોને શક્તિ દોરો ,

૩ આત્મવશ્વા મને પરિશ્રમ પણ ખૂબ લાગે મૂકો તમારા સંસ્કૃતિના જાળી તમે તમારા નથી મને પણ ઘડી શકો તેની રીતે સાદગી જ સમાન મુખ્ય મૂળ છે, તેની જ રીતે વિચારો પણ સયમ એ જ વાચનની આગાહીનું પ્રયત્ન છે તમે પોતા જ તમારા મિત્ર કે દુશ્મન હો શુભ વિચારો દ્વારા તમે પોતાને નહિ બચાવો તો પણ મીઠા એક જ ઉપાય નથી

મન એ એક જ સર્જન છે દરેક વસ્તુનું સર્જન મન દ્વારા જ થાય કે તે પોતાનો અસાધ્ય જ્ઞાને માટે ગમ્ભીરગામી છે જ્યારે જ્યારે યાદ સ્મૃતિઓના સદા તરીકે મનનો ઉદ્ધવ કરવામાં આવે છે ત્યારે ત્યારે ધ્યેયસૃષ્ટિના અન્ય તરીકે વિગત મનને સમજવાનું છે

જેવા તમારા સંકલ્પો તેવો જ તમારો અનુભવ તમારી પોતાની જ કલ્પનાઓ તમારી પૌર ખોદે છે ભવના સનન વિચારોનું સેવન કરીને તમે ખીન્લુ બની ગયા છો માટે ખેડી કલ્પનાઓ સેવવી છોડી દો.

દુનિયાના પદાર્થો પ્રત્યે જે પ્રકારના વિચારો મેલજો તે પ્રકારની તમારા પર અસર થશે જે વસ્તુમાં મનને તીવ્ર શ્રદ્ધા હોય તે વસ્તુની જ મનને કિંમત હોય છે જો કે બધા મનુષ્યો એક જ વસ્તુને જોના હોય છતાં દરેક તે વસ્તુની જુદી જુદી કિંમત આંકે છે દરેક પોતાની માનસિક ભાવના અનુસાર વિચાર કરે છે

સંકલ્પ એ સર્જક સાધન છે, અને મનુષ્ય જે પ્રકારના સંકલ્પ કરે છે તેવો બને છે ચારિત્ર્ય પણ સંકલ્પનું જ બને છે પૂર્વજન્મમાં તમે જે સંકલ્પ કર્યા હોય તે અરિત તમારો જન્મ થયો છે અને તમારું ચારિત્ર્ય એ પૂર્વકાલીન સંકલ્પોનું નિર્દેશક છે. તમારા આધારના સંકલ્પોથી તમારું બાવિ તમે ઘડો છે તે તમે ઉમદા વિચારો કરશો તો તમારું ચારિત્ર્ય પણ ભવ્ય થશે જો તમારા સંકલ્પો અધમ હશે તો કોઈ પણ સંજોગો તમને બદલાવી શકશે નહિ આમ, વિચારો અને કાર્યો પરસ્પર એકબીજા પર અવલંબન રાખે છે માટે સાવધ બની માત્ર શુભ વિચારોને જ તમારા માનસિક પ્રવેશમાં પ્રવેશવા દો

દરેક મનુષ્યને પોતપોતાની શ્રદ્ધા અનુસાર ફળ, કિંમત, ભોગ, મુક્તિ, વગેરે સંબંધી બિન્ન લિન્ન માન્યતા હોય છે અને દરેક પોતપોતાના આદર્શ માટે જ પ્રયાસ કરે છે

તમે તમારી દીર્ઘકાલીન યત્ન બનેલ માન્યતા ને સંકલ્પો પ્રમાણે કામ કરો છો. આથી તમારી ઇચ્છિત વસ્તુ માટે પ્રયાસ કરી તેને મેળવો છો તમારા મનને સ્થૂળ વસ્તુઓના લીન કરી તેને મક્કિન

વિચારશક્તિ

મનાવો તદે અયુશ્વતા મધ્તમોતુ મેન કી તેને ક્રમે ક્રમે શુદ્ધ
ને મૂલ્યમ બનાવતા જાઓ

તમાન અત્યારના જીવનના વલ્લુ પાના છે (૧) શારીરિક
(૨) માનસિક અને (૩) આધ્યાત્મિક તમે જોવાની પેઠે શારીરિક
પાસાને જ રાખવા છે તમે માન જરીક નથી, અને શરીરકી
મદિરમા માન થોડા- સમય ગહેવાના છે-આના વિચારના સતત
મેનથી નાગરિક મુખકુ ખની નાગલીઓથો પર જાઓ મનની શુદ્ધ
વાચનાથો પણ પર જાઓ માનસિક નૃત્તિમા આગ્રહપૂર્વકનો પ્રયાસ
જ સદા થાય છે

તમારી વ્યક્તિગત ઇચ્છા, કલ્પના ને લાગણીના તમે કેન્દ્ર છો. કાળ ને સ્થળની મોહકતા તમારી દૃષ્ટિ આગળથી ઝડપથી પસાર થતાં ઝાંઝવાનાં નીરની માફક હાલિક આલામો પ્રગટ કરે છે તમે વારંવાર આનાથી છેતરાયા છો. આથી જ તમારી છાતી નિસાસાની ગરમીથી બળી ગઇ છે અને દુન્યવી જ્ઞાનરૂપી અગ્નિથી તમારી વિવેકશક્તિ સુકાઇ ગઇ છે આધ્યાત્મિક ધ્યેય તમારી દૃષ્ટિ સમક્ષ ખડું છે તમે તેના તરફ ઝડપથી કે ધીમેથી આગળ વધી શકશો તેનો આધાર તમારા સંકલ્પો પર છે

તમારા ઉચ્ચ વિચારોને હિમેશાં દઢતાપૂર્વક વળગી રહો ધણી નિષ્ફળતા બાદ તમે તમારા ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરી શકશો તમારા સ્વાર્થી સુખ ને પ્રાર્તિને માટે પ્રયામ કરો નહિ જો તમે તમારી છાતી ઉપર દુર્ગુણી વિચારોરૂપી માળા ધારણ નહિ કરો તો મૃત્યુ સહેલાઈથી તમારી પામે આવી શકશે નહિ

મનની શુદ્ધિ ને દેખવણીથી 'મળતું' સુખ ત્રિલોકના સુખ કરતાં પણ ચડી જાય છે સર્વ પ્રકારના અવગાર તેમ જ ઉચ્ચ દરજ્જાની પ્રાપ્તિ કરતાં પણ તે વધારે ઉત્તમ છે.

તમારું મન સર્વશક્તિમાન છે તે સર્વ કંઈ વસ્તુ સિદ્ધ કરવાને શક્તિશાળી છે જેવો તમારા મનમા સંકલ્પ કરો છો તેવી જ રીતે વસ્તુઓ બનના માટે છે જે જે પ્રમાણે મન ગાદ વિચાર કરે છે તે તે સ્થૂળ રૂપ ધારણ કરી સિદ્ધ થાય છે

તમારા સંકલ્પમાં સર્જકશક્તિ રહેલી છે. તે પોતાની અંદરથી જ વસ્તુઓની ઉત્પત્તિ કરી શકે છે તે એક જ સદા છે. મન સિવાય બીજી કોઈ પણ વસ્તુ દ્વારા સર્જન કે પુનઃ સર્જન થઇ શકે તેમ નથી. સંકલ્પ એ જ મૂળભૂત દ્રવ્ય છે, જેમાંથી વસ્તુઓનું નિર્માણ થાય છે બધું દ્રવ્ય એ મનોમય તત્વનું સ્થૂળ રૂપ છે.

વિચારશક્તિ

તમે જે કંઈ મેળવો છો તેને માટે ખીજો કોઈ જવાબદાર નથી. કેમ કે દરેક વસ્તુ તમારા સંકલ્પનું જ પરિણામ છે. જીવનમાં આવતી પ્રત્યેક વસ્તુનું કારણ તમારી અંદર જ રહેલું છે. જે તમે લાયક ન હો તો કોઈ પણ સત્તા તમને કંઈ પણ આપી શકે નહિ. તમે ખીજાઓ પાસેથી જે કંઈ મેળવો છો તે તમારા પોતાના જ સંકલ્પો અને પ્રયાસોનું પરિણામ છે. જ્યારે તમારા વિચારો યોગ્ય દિશામાં વહેતા હોય ત્યારે તમારે માટે એવી એક વસ્તુ નથી કે જે તમે પ્રાપ્ત કરી શકો નહિ માત્ર તમારે નિરાસાવાદી કે ખીજાના અનિષ્ટચિત્તક થવું ન જોઈએ.

સર્જકશક્તિ એ દરેકના મનનો ખાસ હક છે. તમારી પોતાની મદદનાર્થકાંક્ષાથી પ્રેરાયેલા તમારા પોતાના પ્રયાસો એ તમારા પ્રારબ્ધના તાણાવાણા છે નિર્જળ સંકલ્પોને ધારણ કરી તમારા મનને કંબાળ બનાવો નહિ ક્ષુલ્લક મન જાંડી દિવ્ય દૃષ્ટિ મેળવી શકે નહિ.

એક જ માર્ગે વલન કરતા સંકલ્પોને મનમાં સ્થાને આપી ભટકતા મનને એકાગ્ર કરો જેના પર તમે તમારા મનના એકાગ્ર ચિંતનને કેન્દ્રિત કર્યું છે તે વસ્તુ વહેલી કે મોડી તમારા પ્રયાસના પ્રમાણમાં જરૂર તમને મળવાની જ.

તમારા સંકલ્પો અને લાગણીઓના પ્રમાણમાં સ્થળનો ફેલાવો અને કાળની મુક્ત લાંબાય છે. જેવા તમારા સંકલ્પ તેવા જ તમારો અનુભવ જો એક ક્ષણને લાંબા સમય તરીકે કલ્પવામાં આવે તો તેવા જ અનુભવ થાય છે અને તેથી ઊલટું કલ્પવામાં આવે તો તેવા જ અનુભવ થાય છે. જ્યારે તમે ચિંતા કે દુઃખમાં હો ત્યારે થોડો કાળ પણ મહાન જોઈએ 'લાગે છે, અને સુખી હો ત્યારે ઘણો સમય થોડો લાગે છે.

વિચારશક્તિનું તત્વજ્ઞાન

કલ્પનાનો આવો પ્રભાવ છે કે જેથી તીવ્ર સંકલ્પ દ્વારા મધુર વસ્તુ કડવી અને કડવી વસ્તુ મધુર લાગે છે. આમ, તમે 'ઝેરનું' અમૃત બનાવી શકો. મીરાંનો વિચાર કરો. તેણે તીવ્ર કલ્પનાશક્તિ દ્વારા ઝેરનું અમૃત બનાવ્યું હતું.

તમે પ્રત્યાઘાતી ને વિરોધી બોલો છો. પણ જો તમારી અંદર વિરોધી વિચારો ન હોય તો તમે સહેલાઈથી શાપને પણ આશીર્વાદમાં ફેરવી શકો. આથી તમે બધાં વિરોધી તત્વોને કાબૂમાં રાખી શકશો. સખત પ્રયાસ કરો. અને બિનજરૂરી માનસિક ધમાકાને છોડી દો.

તમારી/આસપાસની દુનિયા જેવી તમે કરવા માગો તેવી જ બને છે. તમારું દૃષ્ટિબિંદુ તમારા સંકલ્પોના રંગથી રંગાયેલું હોય છે. તમારા મનમાં જે પ્રકારની શ્રદ્ધા પૂરેપૂરી દૃઢ થઈ ગઈ હોય તે અનુસાર જ વસ્તુઓને જુએ છે અને જોવાનું ચાલુ રાખે છે આમ, પક્ષપાતી વિચારોના લોખંડી બખ્તરને ભેદી તેની આરપાર જઈ દરેક વસ્તુમાં રહેલી દિવ્યતા જોવાનો પ્રયાસ કરો.

તમારા વિચારોને લીધે જ તમે મોહમાં અટવાઓ છો, જન્મમૃત્યુનાં દુઃખ અનુભવો છો સંસારમાં બધાઓ છો અને તેમાંથી મુક્ત થાઓ છો.

સ્વર્ગ કે નરકમાં, તમારા મુખ કે દુઃખની બધી સ્થિતિ માટે તમારા સંકલ્પો જ જવાબદાર છે. વહેલા કે મોડા, આ જીવનમાં કે બીજા જીવનમાં તમારા બધા સંકલ્પો સિદ્ધ થવાના જ. માટે હમેશાં વિવેકપૂર્ણ રીતે સારા સંકલ્પો જ સેવો.

તમારી અત્યારની સ્થિતિ તમારા પોતાના સંકલ્પો દ્વારા ઇચ્છેલી છે. તમારા પોતાના જ સંકલ્પોથી હવે તે સ્થિતિને

વિચારશક્તિ

બદલાવી શકે છે. જો તમે તમારી જાતને પરબ્રહ્મથી અલગ માનતા હો તો તમે અલગ છો. જો તમે પોતાને બ્રહ્મરૂપ માનતા હો તો તમે બ્રહ્મ જ છો. તમે તમારા વિચારોથી જ તમારી જાતને મર્યાદિત બનાવો છો.

દરેક દિવ્ય સંકલ્પ દ્વારા મન આ દસ્ય ક્ષણિક સૃષ્ટિના આવરણને ભેદી અનંતને સ્પર્શ કરવા શક્તિમાન થાય છે, પણ દરેક માણસ પોતાના મનરૂપી કારખાના પ્રત્યે તદ્દન બેરુકાર હોય છે.

૩. વિચારશક્તિ અને વ્યાવહારિક આદર્શ—(૩)

તમારું જાગ્ય તમારું સંકલ્પોથી જ નિર્માણ થાય છે. જેટલી શક્તિ તમારી અંદર ધારો છો તેટલી જ તમને પ્રાપ્ત થાય છે. જેવા તમે સંકલ્પ કર્યા હોય છે તેવી જ તમારી આજીવનમાળુની સૃષ્ટિ બની હોય છે.

તમે શક્તિ અને આનંદના અગ્રાધ મહાસાગરમાં રહો છો, પણ તેમાંથી તમે તમારી બ્રહ્મા, કલ્પના અને સંકલ્પ અનુસાર જ પ્રદબ્ધ કરી શકો છો. તમારા મનના વલણ અનુસાર તમે અમુક વિચારો મેલો છો. અને મનને છૂટો દોર આપો છો. પણ વિવેક દ્વારા તમે મનના કલ્પનાસીલ તરંગને સહેજાણથી કાબૂમાં લેવા શકો છો.

તમારા સંકલ્પોની મર્યાદા એ જ તમારી શક્તિનાઓની મર્યાદા છે. તમારા સંજ્ઞાઓ અને પરિસ્થિતિ એ તમારા સંકલ્પોનું જ ધનીમૂળ સ્વરૂપ છે. તમારા પોતાના જ વિચારો પ્રમાણે નિર્મિતો અનુભવ સારો કે નરમો થયા કરે છે. જે જે સંકલ્પો તમે મેલો છો, તે તે દરેક છેવટે સિદ્ધ થવાના જ,

વિચારશક્તિનું તત્વજ્ઞાન

જે જે બાબતમાં શુદ્ધ મનવાળો માણસ તીવ્ર ઇચ્છા કરે છે, તે જલદી ફળીભૂત થાય છે જેટલી સંકલ્પની તીવ્રતા તેટલી ઝડપથી તેની સિદ્ધિ થવાની જ્યારે વિચારોનું વારંવાર પુનરાવર્તન થાય છે ત્યારે તેઓ તે રૂપ ધારણ કરે છે. એક જ સંકલ્પનું ચિંતન, સેવન કે કલ્પના તે સંકલ્પની સિધ્ધિ તરફ ખૂબ આગળ દોરી જાય છે.

મનને શુદ્ધ કરો અને ત્યાર બાદ તમે જે જે વસ્તુઓ અને લોક પ્રાપ્ત કરવાની બાવના કરશો તે દરેક સફળ થશે.

આ સાત્ય હકીકત છે કે જે જે વિચારનું તમે સેવન કરો છો તે તે વિચારની આખા મનુષ્ય શરીર કે તેના અમુક ભાગ પર ખાસ અસર થાય છે. સતત ચિંતન દ્વારા રચૂળ શરીરને સક્ષમ તરીકે અનુભવાય છે. અને તેથી ઊંચડું, સક્ષમ શરીર વારંવાર કલ્પના કરવાથી રચૂળ તરીકે અનુભવાય છે સતત પ્રયાસ એ જ સફળતાનું રહસ્ય છે.

માટે દૃઢ નિશ્ચયને કેળવો. તમારા સંકલ્પની સિધ્ધિ માટે આ અગત્યનો મુદ્દો છે. તમારા દૃઢ નિશ્ચયની સામે કોઈ પણ શક્તિ ટકી શકશે નહિ. તમે સર્વ કોઈ વસ્તુને સિધ્ધ કરી શકશો.

તમારું શરીર એ પણ તમારા સંકલ્પનું મૂર્ત સ્વરૂપ છે. જ્યારે તમારા સંકલ્પો બદલાશે ત્યારે તમારું શરીર પણ બદલાશે. પોતાના જ સંકલ્પરૂપી દ્રવ્યમાંથી મન શરીરને સર્જે છે. સંકલ્પ એ એવું બળ છે કે જે તમારા શરીરની અંદરની પ્રત્યેક વસ્તુને બદલાવી શકે કે તેમાં ફેરફાર કરી શકે.

પાંચ ભૌતિક શરીરની અંદરની અવ્યવસ્થા કે ગરબડ શારીરિક રોગ કહેવાય અને મનની અંદરનો વિકાર

વિચારશક્તિ

એ માનસિક રોગ તરીકે ઓળખાય છે. ખતેનું છેવટનું મૂળ અજ્ઞાનમાં છે અને તે માત્ર સત્ય વસ્તુના જ્ઞાન દ્વારા નિવારી શકાય. જ્યારે તમે સસારના અનુભવોથી ચિંતામગ્ન બનેા છો, ત્યારે તમારા મનમાં ગ્લાનિ ઉદ્ભવે છે. આ ગ્લાનિને લીધે અંદરના સૂક્ષ્મ પ્રાણોનો સરળ પ્રવાહ બાધિત થાય છે. જ્યારે આ પ્રવાહમાં અડચણ આવે છે ત્યારે નાડીઓ અવ્યવસ્થિત બને છે. તેમાંની કેટલીકને વધારે પ્રાણ મળે છે અને કેટલીકને ઓછો મળે છે. આમ, આખું તંત્ર અવ્યવસ્થિત બને છે આવી રીતે માનસિક અવ્યવસ્થા એ શારીરિક રોગનું કારણ બને છે, જે તેનું મૂળ કારણ દૂર કર્યા વિના દૂર કરી શકાય નહિ.

દરેક નિરાશાજનક અને વિક્ષેપ કરનાર વિચાર જે તમારા મગજમાં પ્રવેશ કરે છે તેની તમારા શરીરના પ્રત્યેક કોષ પર ખરાબ અસર થાય છે, જેથી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. દરેક નિષેધાત્મક વિચાર રોગનો પૂર્વગામી અને મૃત્યુના દૂતરૂપ છે. /

જો તમારે શુદ્ધિપૂર્વકનું, લાંબું અને તંદુરસ્ત જીવન જીવવું હોય તો હમેશાં સદ્વિચારો સેવો. આમ, તમારા શરીરને ખાલવવામાં અને તેને પુનર્જીવન આપવામાં સંકલ્પોની સૂક્ષ્મ અને પ્રબળ અસર થાય છે. માટે હમેશા સાવધ રહો.

વસ્તુતઃ બધા રોગ અને દુઃખનું મૂળ વિકૃત માનસિક સ્થિતિ અને વાત્સનાઓમાં રહેલું છે. એટલા માટે જ માનસિક સુમેળ ખાસ આવશ્યક છે. ઉમદા કૃત્યો દ્વારા તમારા સંકલ્પોને શુદ્ધ કરો અને હમેશાં સંત પુરુષોનો સમાગમ સેવો. જ્યારે તમારા સંકલ્પો શુદ્ધ થશે ત્યારે સૂક્ષ્મ પ્રાણનો પ્રવાહ ખલેલ વિના વહેવા માડશે અને આખા શરીરને શુદ્ધ કરશે.

પ્રત્યેક શુદ્ધ વિચાર લલ્યને ઉત્તેજિત કરે છે, પાચન તંત્રને સુધારે છે અને શરીરની અંદરની પ્રચિના કાયને ઝડપી બનાવે છે.

વિચારશક્તિનું તરવણીન

સંતોષ એ મનની સંવાદિતા માટેનું બીજું નામ છે. બ્યારે તમારા વિચારો એક દે બીજા પદાર્થ પર ભટક્યા કરે નહિ અને બ્યારે તમને આત્મસંતોષ થાય, ત્યારે તમને અવર્ણનીય આનંદ થશે. બ્યારે તમે અંતરમાં સુખી હો ત્યારે તમને દરેક વસ્તુ સારી અને સુખદાયક લાગશે.

સંકલ્પો એ જ તમારા આનંદનું મુખ્ય કારણ છે. તમારા સંકલ્પોને શુદ્ધ કરો અને તમારાં બધાં દુઃખો દૂર થશે.

જો તમે શાંતિના વિચારો સેવશો તો આખા દુનિયા તમને શાંત ને શીતળ લાગશે, પણ જો આથી જલદા વિચારોને મનમાં રથાન આપશો તો સંસાર સળગતી ભટ્ટી જેવો લાગશે.

કોઇ પણ સંલેખો તમને ખરાબ વિચારો સંવવા માટે ફરજ પાડતા નથી. તમારા કાલ્પનિક પ્રારબ્ધથી તમારો નાશ કરો નહિ. તેને પોતાનું ખરેખરું અસ્તિત્વ નથી.

સંકલ્પ એ સત્ય વસ્તુનું લાન કરાવવાને શક્તિમાન છે. સાચા યોગ્ય સંકલ્પોથી પ્રેરાઈને ડાહ્યો માણસ ઘણી ભયગ્નક પરિસ્થિતિમાંથી પણ બહાર નીકળવાને સમર્થ બને છે. અખંડ સત્ય સર્વત્ર પોતાની પૂરેપૂરી શક્તિથી વ્યાપક છે, માટે કોઇ પણ સ્થળે જે જે વસ્તુનું ગાઢ ચિંતન કરવામાં આવ્યું હોય તે તે વસ્તુનો તે જ સ્થળે સાક્ષાત્કાર થાય છે.

સર્વ વસ્તુઓનું મૂળ તરવ વિચાર છે. ભૌતિકતા એ મુખ્ય વસ્તુ નથી.

જેમ બરફને ગરમી આપતાં તેનું પાણી થાય છે, તેમ સત્ય દષ્ટિ અને શુભ સંકલ્પો દ્વારા મન સક્ષમ ને શુદ્ધ બને છે.

સંકલ્પ એ જ ખરું કાર્ય છે. તે ખરેખર મનોગત છે; શારીરિક નહિ. મનની અંદર ઇચ્છા શક્તિનું સ્પંદન એ જ ખરું

વિચારશક્તિ

કાર્ય છે, અને શારીરિક કાર્ય એ તો માનસિક કાર્યનું માત્ર બાહ્યસ્વરૂપ છે તમારી શારીરિક ક્રિયાઓ એ તો તમારી વિવિધ માનસિક ક્રિયાઓનું બાહ્ય નિર્દેશક છે

જેમ વસત ઋતુમાં વૃક્ષની રોહા ખૂબ વધી જાય છે, તેવી જ રીતે તમારું બળ, તમારી બુદ્ધિ અને તમારું તેજ તમારા શુદ્ધ ને શુભ વિચારના પ્રભાવમાં વધતા જશે સામાન્ય લોકોના સંકલ્પ કરતાં જ્ઞાનીના સંકલ્પો તદ્દન બુદ્ધા જ પ્રદારના હોય છે સંસાર પ્રત્યેના જેટલા તમારા સંકલ્પો હિંદાસીન તેટલા જ પ્રભાવમાં તમે સંસારથી મુક્ત થવાના.

જેમ જેમ તમારા મનમાંથી શુદ્ધ વિચારો નીકળવા માંડશે, તેમ તેમ ઈશ્વરી સનાતન નિયમ તમને મદદ કરવા માંડશે. તમે તમારા પોતાના સંકલ્પોને જાણો છો. તમને જે જે અનુભવ થયા છે તે પણ તમે જાણો છો. તમારામાંના દરેકમાં સંસારના અનુભવનું વ્યક્તિગત બુદ્ધું બુદ્ધું સ્વરૂપ ઉત્પન્ન થયું હોય છે. કેમ કે તમારું મન મર્યાદિત છે અને તે પરિવર્તનશીલ સ્વભાવ અને પરિસ્થિતિને વશ છે.

૪. કેટલાંક સંકલ્પબીજ

ખરું જ્ઞાન એ આધ્યાત્મિક જ્ઞાન છે. તેનાથી પોતાના ખરા સ્વરૂપનું જ્ઞાન થાય છે. જ્ઞાન એટલે સત્ય સમજણ અથવા ખરું મૂલ્યાંકન, હઠાપણ અને પોતાનું તેમ જ બીજાના તરનનું સંપૂર્ણ દર્શન સાચા સંદર્ભ દ્વારા સાચું કાર્ય અને સાચું જીવન પરિણમે છે.

સૌંદર્ય એ તરનતઃ આધ્યાત્મિક છે. ખરું સૌંદર્ય પોતાના હૃદયમાં રહેતું છે, ચારિત્ર્યમાં રહેતું છે, આત્મશુદ્ધિમાં રહેતું છે, સૌંદર્ય સદૃશ્યોનાં પ્રદર્શક છે. પ્રેમ એ આખા વિશ્વ સાથે શુદ્ધ અંતર્ગત એકતાની લાવના છે. પ્રેમ એટલે સ્વાર્થત્યાગ ને ત્યાર્થધુ-

પ્રેમ એ હૃદયની પવિત્રતા છે, પ્રેમ એટલે અત્યાધિત શુભેન્દ્ર હૃદય, કરુણા અને ઉદારતા. પ્રેમ એટલે વિષયબોગનો ત્યાગ.

શરીર એ સર્વત્વ નથી. શરીરમાં રહેનારી એવી કોઈ વસ્તુ છે, જે ખૂબ ઉપયોગી છે. તે મનુષ્યનો આત્મા છે. જે દે તે બ્રહ્મ સાથે એકરૂપ છે. જ્યાં જીવના વ્યક્તિગત કર્મથી તેનું સ્વરૂપ અસંગ પડી ગયું છે. શરીર ચાલ્યું જાય છે, પણ આત્મા ટકી રહે છે. જ્યાં સુધી શરીર ટકી રહે છે ત્યાં સુધી આત્માનું અસંગ અસ્તિત્વ દેખાય છે. જે પોતાનાં કર્મનાં ફળરૂપે ખીલું શરીર ધારણ કરવાનું ન હોય તો તેને પોતાના મૂળ આધારરૂપ બ્રહ્મમાં લીન થવા માટે પાણું ફરતું પડે.

દરેક વસ્તુનો લય વાય છે. જ્યારે જીવ શરીરને છોડી દે છે ત્યારે તેના કર્મ સિવાય ખીલું કંઈ તેની સાથે જતું નથી. માટે જ્યાં સુધી જીવન છે ત્યાં સુધી મનુષ્યે ખીનજોની સાથે મુખરૂપિણી પ્રેમ ને સહકારની લાવના સહિત જીવનું જોઈએ તેણે કોઈ પ્રકારે ખીનને ધન કરવી નહિ, સાંસારિક સમૃદ્ધિની ઇચ્છા કરવી નહિ ને સંસારના વિષયો પ્રત્યે ઉદાસીનતા સેવવી જોઈએ. વળી, પોતાનાં કરેલાં કાર્યમાં અહંભાવ ન રાખતા પૂર્વકર્મનું ફળ બોગરૂપતાં નવાં કર્મ ન બંધાય તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ બધા જીવો. પ્રત્યેનું વલણ દયા, લાભ ને ઉદારતાભર્યું હોવું જોઈએ.

જરા વધારે સતોષ, વિવેક, ધન્યર પ્રત્યેની ભક્તિ ને તેની ઇચ્છા અનુસાર સ્વાર્થણ, વૈરાગ્ય, કોઈ પામેથી કોઈ પણ વસ્તુ મેળવવાની લાલસાનો અભાવ, પ્રાર્થના, અતરાતમાના વલણનું અનુસરણ, પોતાના આધ્યાત્મિક ને નૈતિક સિદ્ધાંતોમાં અચળ યત્ન અને સાચા મૂલ્યાંકનથી જીવન વધારે સરળ, વધારે લાયક અને વધારે સુખી બને છે.

જે તમારે મુશ્કેલીઓ હોય તો પ્રથમ તમારે તેના કારણની તપાસ કરવી જોઈએ. ખરી મુશ્કેલી કારણ પ્રત્યે બેદરકામી સેવવાની -

વિચારશક્તિ

છે જો કારણને દૂર કરવામાં આવે તો મુશ્કેલીઓ ઓછી થાય છે અથવા માત્ર આકસ્મિક બને છે જમત એ મહાન શાળા જેવું છે. જેમાં જીવને પોતાનું ચારિત્ર્ય મુધારી વધારે સારા થવા માટે અનેક તકો આપવામાં આવે છે.

કેાઇ મનુષ્ય જન્મથી સંપૂર્ણ હોતો નથી દરેકમાં પોતાની જાતની સુધારણા માટે શક્યતાઓ રહેલી હોય છે. અડચણો અને મુશ્કેલીઓથી બીજાઓ પ્રત્યે પૂર્વગ્રહો બંધાવાને બદલે અને હૃદય તેમ જ મનને સંકુચિત બનાવવાને બદલે મનુષ્ય વધારે સારો બનવો જોઈએ. હંમેશાં મહાન ને હિમદા વિચારોનું સેવન કરો અને સંપૂર્ણતા મેળવો.

ગુરની કૃપા હંમેશાં શિષ્ય પર વરસતી જ હોય છે, અને તે પણ સંપૂર્ણ રીતે અને વગર શરતે. પણ આ કૃપાનો યોગ્ય રીતે ઉપયોગ કરવો કે નહિ તે શિષ્યના પુરુષાર્થ, શ્રદ્ધા ને આત્મશુદ્ધિ પર આધાર રાખે છે. ગુરુ પોતાના શિષ્યોના હૃદયમાં રહે છે. કેટલાક આ વાતને જાણે છે, ત્યારે બીજાને તેની ખબર હોતી નથી. પોતાના હૃદયમાં ગુરની જીવંતી જાગતી સ્મૃતિ એ શિષ્યની મોટાનાં મોટી પૂંજ છે.

સંકલ્પશક્તિ અને ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર

૧. જીવન એટલે વિચારોનો આંતરખેલ

જે સંકલ્પને તમે મનમાં વળગી રહો છો તે સંકલ્પ તમારા જીવનનાં દૃષ્ટિગોચર થશે જો તમે હિંમતવાન, આનંદી, ઠવાળુ, ઉદાર અને કરુણાવાળા હશો તો આ ગુણો તમારા સાંસારિક જીવનમાં દેખાશે. હલકા વિચાર અને પાસના એ જ મનની અશુદ્ધિ છે.

જેવી રીતે સાવધાન સંત્રી ખગ્ગનાની રક્ષા કરે છે તેવી જ રીતે તમારા ગુણ સંકલ્પોને જાળવી રાખો. જ્યારે ‘અહ’ સંબંધી બધા સંકલ્પો લય થશે ત્યારે ખીજે કોઈ સંકલ્પ મનમાં રહેશે નહિ.

જીવન એ સંકલ્પોનો જ આંતરખેલ છે જ્યારે મન પોતાનું કાર્ય કરતું અટકી જાય છે, ત્યારે દૈતભાવ નાશ પામે છે. વિચાર કાળતરન દ્વારા નિયંત્રિત છે. આ સંકલ્પો અટકવા જ જોઈએ. ત્યારે જ તમે કાળની પેલી પાર જઈ શકો. માટે શાંત બનો.

સંકલ્પનાં બધાં મોજાને શાંત થવા દો. તે શાંતિમાં જ્યારે મન ગળી જાય ત્યારે સ્વયંપ્રકાશી શુદ્ધ ચિન્મય આત્મા પ્રકાશે છે. મનનું નિરીક્ષણ કરો તમારા હૃદયને ધ્રુવરે રહેવા યોગ્ય ધામ બનાવો.

૨. વિચારો દ્વારા થતો આધ્યાત્મિક અનુભવ

પિંગાળેશુ સોનું જે કુલડીમાં નાખવામાં આવે તે કુલડીનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. તેવી જ રીતે, મન જે વસ્તુનું ચિંતન કરે છે તે વસ્તુરૂપ બને છે.

વિચારશક્તિ

જો તે લગવાન કૃષ્ણનું ધ્યાન ધરે તો તે શ્રીકૃષ્ણરૂપ બની જાય છે તમારે તમારા મનને યોગ્ય કંવાયત આપવી જોઈએ અને તેને પચાવવા માટે સાર્વિક આહાર આપવો જોઈએ માટે હંમેશાં સાર્વિક વિચાર કે કલ્પનારૂપી પચાવૂંમિકા જિભી કરો.

જો વિચારેને મનુષ્ય પોતાના મનમાં દિવસે પ્રધાનપદ આપે છે તે જ વિચારો સ્વપ્ન દરમ્યાન પણ રાત્રે આવવાના. જો તમારામાં આત્મશુદ્ધિ અને એકાગ્રતા હોય, તો તમારું મન ગમે તે ભાવસ્વરૂપ બની શકે. જો તમે ક્યાનું જ ચિંતન કરો તો તમારું આખું શરીર ક્યાથી તસ્મોળ બનશે. જો તમે શાંતિનો વિચાર કરશો તો તમારા આખા અંતરમાં શાંતિ ઉતરશે.

મનનો અંગરિક ભાવ કે વસ્તુ જ કર્મનો પ્રકાર નક્કી કરે છે અને તેનું ફળ આપે છે. તમે તમારી માતા, બહેન કે તમારી પત્નીને બેટા ત્યારે કર્મ તો એક જ પ્રકારનું હોવા છતાં મનના ભાવ ભિન્ન ભિન્ન હોય છે.

માટે તમારા મનની ભાવના, વિચાર અને શાગલ્પીઓનું સદા બારીકાથી નિરીક્ષણ કરો. તમારી ભાવના હંમેશાં સાર્વિક હોવી જોઈએ. તમારે હંમેશાં બ્રહ્મભાવના જ સેવવી જોઈએ. ધ્યાન સમયે પણ આ ભાવનાને જાળવી રાખો. તમારે શ્વાસ પ્રત્યે ધ્યાન આપવાની જરૂર નથી.

જો વિચારો તમે તમારા મનમાં ઉત્પન્ન કરો છો અને તમારા દૈનિક જીવનમાં જે મનોમૂર્તિઓ ઘડો છો તે તમારું જીવન ઘડવામાં તમને ખૂબ જ મદદગાર થશે. જો તમે સતત લગવાન કૃષ્ણનું ચિંતન કરશો તો તમે શ્રીકૃષ્ણ સાથે એકરૂપ થશો, અને તમે તેમાં કાયમને માટે નિવાસ કરશો.

સંકલ્પશક્તિ અને ઇશ્વરસાક્ષાત્કાર

૩. ઇશ્વર સંબંધી વિચારો

તમારું મન પ્રથમ તો બધા દુનિયાદારી વિચારોથી ખાલી હોવું જોઈએ તે ફક્ત ઇશ્વરના જ વિચારોથી ભરપૂર હોવું જોઈએ અને તે સિવાયના બીજા કોઈ વિચારને તેમાં સ્થાન મળવું જોઈએ નહિ.

તમારા મનને હમેશાં શુભ, દિવ્ય, ઉન્નત ને ભવ્ય વિચારોથી ભરપૂર રાખો. જેથી કરીને પાપી વિચારોને તેમાં સ્થાન મળી શકે નહિ. કોઈ પણ બિનજરૂરી શબ્દ બોલો નહિ. કોઈ પણ નકામો સંકલ્પ તમારા મનમાં પ્રવેશવા પામવો જોઈએ નહિ.

૪. રોગમુક્ત થવા માટે દિવ્ય વિચારો

સર્વ રોગનાથી મુક્ત થવા અને તંદુરસ્ત જીવન જીવવા માટેની શ્રેષ્ઠ દવા દિવ્ય વિચારો છે. દિવ્ય વિચારો, કર્તવ્ય, જપ અને નિયમિત ધ્યાનથી ઉત્પન્ન થયેલાં આદોલનો શરીરના કોષો, શાનતંત્રુઓ અને આણુઓને નવી વિદ્યુતશક્તિ, ઊર્જા અને ચેતનથી ભરપૂર બનાવશે.

પોતાની જાતને હમેશાં આનંદી અને ચિંતામુક્ત રાખવી એ બીજી સમ્પત્તિ અને શક્તિગાળી દવા છે. હમેશાં ગીતાના એક કે બે અધ્યાયનો અર્થ સમજીને મનન કરો તમે હમેશાં કંઈ ને કંઈ કાર્યનાં નિમગ્ન રહો, એ જ દુનિયાદારીના વિચારો ભાંકી કાઢવા માટે શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે.

મનને સત્વથી ભરપૂર બનાવો અને અદ્ભુત તંદુરસ્તી અને શાંતિ અનુભવો. હમેશાં જ્ઞાની પુરુષોનો સગ સાધો, શ્રદ્ધા કેળવો અને શાંતિ, સત્ય, હિંમત, વ્યા, ભક્તિ, પ્રેમ, આનંદી સ્વભાવ, વિશ્વાસ, દિવ્ય વિચારો અને દિવ્ય સદ્ગુણો પ્રાપ્ત કરો.

વિચારશક્તિ

મનને હમેશાં દિવ્ય માર્ગના આધ્યાત્મિક ચીજો દોડવા દો, આથી તમારું મન શાંત થશે અને સંવાદી આંદોલનો ઉત્પન્ન કરશે સાથે સાથે તમે મર્વોત્તમે માનસિક આસ્થા અનુભવશો અને બધા પ્રકારના શારીરિક રોગથી મુક્ત થશો

૫ જ્ઞાન ને લક્ષિત માર્ગે મંકલ્પશુદ્ધિ

એકાંત ધ્યાનમાં બેસો અને તમારું સંકલ્પોને ધ્યાનપૂર્વક તપાસો, ત્યાં જ્યાં ચચા મનને થોડા મમય માટે પોતાની રીતે ફરના દો ત્યાં બાદ તે પોતાની મેજે લીધું શાંત થશે વિવિધ સંકલ્પોથી ખેંચાડીઓના સામ્યન સગ્રહ જ્યાં બેસમાં માત્ર સાલ્લીકપ મનો માનસિક અસ્થિતિના માત્ર દ્રષ્ટા મનો.

વિચારો નાથે એકરૂપ બની જાઓ નહિ, તેમના પ્રાપ્ત ઉદ્દેશો મેલો આથી એક પછી એક બધા વિચારો નાન પાનગો જેવી રીતે યુક્તબૂમિ પર ચોધો પોતાના કુમ્મનોને એકેક રીતે કાપી નાખો છે તેવી જ રીતે તમે તમારું વિચારોને એકેક છૂટા પાડીને કાપી લેશો છો

‘હું હું માલી છું, હું કોણ છું? હું સંકલ્પની આત્મા છું. મારે આ અમલ્ય માનસિક ચિત્રો અને કલ્પનાઓ સાથે કંઈ લેસદેસ નથી, તેમને નમડસા દો મારે તેમની આંતરે કંઈ સંબંધ નથી’ આથી બધા વિચારો નાન પાનગો, અને નન પાન ઘી પિનાના દીસ જેમ બુઝાઈ જાને

મનને શ્રી હરિ, બનસન પ્રિય દે કૃષ્ણ, તમારું ગુરુ અથવા બનસન શુદ્ધ કે સ્વસ્થ જ્યાં દોષ સંત પર સ્થિર કરો વારંવાર તે નિર્નિનું માનસિક ચિત્ર ખડું કરો. આથી બધા વિચારો નાન પાનગો આ બીજી શુદ્ધિ બ્રહ્મોની છે

૬. મનની સંકલ્પશાંતિ માટે યોગસાધના

શાંતિથી જોસો ને વિવેકશીલ બનો. વિચાર કરનાર મનરૂપી તત્ત્વથી અને તેના સંકલ્પોથી તમારી જાતને અલગ કરો.

તમારી જાતને સૌથી અંદરના તત્ત્વ એવા આત્મા સાથે એકરૂપ કરો અને શાંત સાક્ષી તરીકે અલગ બિલા રહો. ધીમે ધીમે બધા સંકલ્પો પોતાની મેજે નાશ પામશે. આથી તમે પરબ્રહ્મ સાથે એકરૂપ બનશો.

મનની શાંતિ માટેની આ સાધના ચાલુ રાખો. મનોનાશ માટે ખરેખર સતત પરિશ્રમ આવશ્યક છે.

તમારે પ્રથમ વાસનાનો નાશ કરવો જોઈએ. ત્યારે જ તમે મનની શાંતિ માટેની સાધના પૂરેપૂરી શક્તિથી કરી શકશો. વાચનાક્ષય કર્યા વિના મનની શાંતિ કે મનોનાશ સંભવિત નથી.

૭. યોગસાધના દ્વારા મિત્રોની પ્રાપ્તિ

“મિત્રો સાધો અને તેના દ્વારા લોકો પર અસર કરો” આ ડેલ કાર્ટેગીનો સિદ્ધાંતજો તે પ્રાચીન ભારતના અધ્યાત્મ મનોવિજ્ઞાનના ગ્રંથના માત્ર એક પાના જરાબર છે. યોગસાધના કરો અને આખી દુનિયા તમને પૂજશે આથી અજ્ઞાત રીતે આખી દુનિયા તમારા પ્રત્યે આકર્ષાશે. દેવતાઓ પણ તમારા બોલાવ્યા હાજર થશે, અરે જંગલી પશુઓ અને ઘાતકી પ્રાણીઓ પણ તમારા મિત્રો બનશે બધાની મેદા કરો બધાને આહો સંકલ્પશક્તિ પર નિયમન મેળવી રાજયોગની સાધના દ્વારા તમારી આંતરશક્તિનો વિકાસ કરો.

યોગસાધના દ્વારા તમે આખી મુલુખ્યજાતિ અને બધાં જીવતાં પ્રાણીઓને તમારાં પેલાના કુટુંબી બનાવી શકો. યોગ દ્વારા તમે બધી મુશ્કેલીઓની પાર જઈ શકો અને બધી નિર્બળતાને દૂર કરી શકો.

વિચારશક્તિ

યોગસાધના દ્વારા દુઃખને સુખમાં, મૃત્યુને અમરતામાં, શોકને આનંદમાં, નિષ્ફળતાને સફળતામાં અને માંદગીને સંપૂર્ણ આરોગ્યમાં પલટાવી શકાય માટે ઉત્સાહપૂર્વક યોગસાધના કરો.

૮. નિઃસંકલ્પ યોગદશા

સામાન્ય રીતે સાધકમાં ખરેખર આધ્યાત્મિક ભૂખ જોવામાં આવતી નથી. માત્ર કંઈક માનસિક કે યોગિક શક્તિ મેળવવા માટે જિજ્ઞાસા હોય છે જ્યાં સુધી સાધકમાં કંઈક મેળવવા માટે અંતરમાં ઇચ્છા હોય ત્યાં સુધી તે હથેરથી ધણે દૂર છે. નીતિ ને સદાચારના નિયામકોનું કડક રીતે પાલન કરો.

પ્રથમ દુનિયાદારી સ્વભાવને બદલો. જો તમે તદ્દન વાસનાહીન, સંકલ્પહીન, વૃત્તિહીન બનો. જો તમારી માનસિક વૃત્તિઓ સંપૂર્ણ રીતે નાશ પામે તો શુદ્ધિથી વગર પ્રવાસે તમારી કુંડલિની ઊંચી ચડશે. મનની અશુદ્ધિને દૂર કરો. આથી તમને અંતરમાંથી મદદ ને શક્તિ પ્રાપ્ત થશે.

૯. વિકસિત સંકલ્પશક્તિવાળો યોગી

જો યોગીએ પોતાની સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ કર્યો છે તેનું વ્યક્તિત્વ મોઢક અને આકર્ષક હોય છે. જેઓ તેના સહવાસમાં આવે છે તેઓ તેની મધુર વાણી, પ્રભાવશાળી લાવણ્ય, તેજસ્વી આંખો, ઉત્સાહી ચહેરો, મજબૂત તંદુરસ્ત શરીર, આકર્ષક રીતભાન, સદાચાર અને દિવ્ય ગુણોથી પ્રભાવિત થાય છે.

લોકો તેની પાસેથી આનંદ, શાંતિ અને શક્તિ મેળવે છે. તેઓ તેની બોલીથી પ્રેરણા પામે છે અને માત્ર તેના સત્સંગથી જ તેઓ ઉન્નતિ મેળવે છે.

સંકલ્પ અતિશીલ્પ છે. સંકલ્પમાં મહાન બળ રહેલું છે. યોગી હિમાલયની એકાંત ગુફામાં રહેતો હોય તો પણ પોતાના પ્રબળ સંકલ્પો દ્વારા આખા સંસારને શુદ્ધ કરી શકે છે.

સંકલ્પશક્તિ અને ઇશ્વરસાક્ષાત્કાર

લોકોને મદદ કરવા માટે રોગફોર્મ પર આવી લાવણું કરવાની અને હિપદેશ આપવાની તેને જરૂર પડતી નથી સર પોતે જ પ્રમળ શક્તિ છે જે વધુ બહુ જ ઝડપથી ગતિમાન હોય તે ગિયર નાગે છે એવું જ સરવત્ર અને સારિતક માણસનું બળ છે

૧૦ અનંત શક્તિ તંત્રક લઈ જનાર મ કલ્પકથી વહાણુ જીવન એ અશુદ્ધિથી શુદ્ધિ તિરકારથી વિશ્વપ્રેમ, મૃત્યુથી અમરતા, અપૂર્ણતાથી પૂર્ણતા, યુનામીથી રાત્રત્રતા, ભેદભાવથી અભેદતા અજ્ઞાનથી સાચા જ્ઞાન હુ ખથી મુખ અને નિર્બાળતાથી અનંત બળ તંત્રક જવા માટેની યાત્રા છે

તમારો દરેક સંકલ્પ તમને ઇશ્વર તજીક નહ જાઓ અને તમારા વિકાસક્રમમા એક ડાનુ આગે ધપાવો !

નવી સંસ્કૃતિ માટે સંકલ્પશક્તિ

૧. દુનિયા પર શુદ્ધ સંકલ્પોની અસર

પાશ્ચાત્ય માનસશાસ્ત્રીઓ અને મનના રહસ્યવેત્તાઓ સંકલ્પની શુદ્ધિ પર ધ્યાન દોરે છે. સંકલ્પની ખાલવણી એ ચોક્કસ વિજ્ઞાન છે. મનુષ્યે હંમેશાં યોગ્ય સંકલ્પોને કેળવવા જોઈએ અને દરેક પ્રકારના નજીવા અને નકામા સંસારી સંકલ્પોને મનમાંથી હાંકી કાઢવા જોઈએ.

જે મનુષ્ય અશુભ વિચારોને પોતાના મનમાં સ્થાન આપે છે તે પોતાને તેમ જ સામાન્ય રીતે આખી દુનિયાને ખૂબ જ નુકસાન કરે છે. તે દુનિયાના માનસિક વાતાવરણને ખગાડી મૂકે છે. તેના અશુભ વિચારો દૂર અંતરે રહેનારા મનુષ્યોના મનમાં પણ પ્રવેશ કરે છે. કારણ કે સંકલ્પ કલ્પનાતીત વીજ્ઞાનિક ગતિ કરે છે.

અરાગ વિચારો સર્વ પ્રકારના રોગનું સીધું કારણ છે. ખાસ કરીને પ્રથમ તો અશુદ્ધ વિચારોમાંથી જન્મે છે. જે મનુષ્ય સારા, ભવ્ય અને દિવ્ય વિચારોને સેવે છે તે પોતાનું તેમ જ દુનિયાનું ધણું જ ભલું કરે છે. તે પોતાના દૂર વંસના મિત્રોને પણ આનંદ અને આશા, દિવાસો અને શાંતિનાં આદેશનો ફેંકી શકે છે.

નવી સંસ્કૃતિ માટે સંકલ્પશક્તિ

૨. જગતના કલ્યાણ માટે સંકલ્પશક્તિ

કર્મ એ ક્રિયા છે અને સાથે સાથે કાર્યકારણનો નિયમ છે. મનુષ્યસૃષ્ટિની નીચલી કક્ષાની બધી સૃષ્ટિ 'મનહીન' છે આથી તે સંકલ્પ ઉત્પન્ન કરી શકે નહિ વળી, તેને સાત્ય અને અસત્યનો વિવેક પણ હોતો નથી. અને શું કરવા યોગ્ય નથી, તેનું પણ તેને જ્ઞાન હોતું નથી માટે તે કર્મ ઉત્પન્ન કરી શકે નહિ.

સંકલ્પો એ સાકરના માંગડા કરતાં પણ વધારે નક્કર પદાર્થ છે. તેમાં અગાધ શક્તિ ગહેલી છે. આ સંકલ્પ શક્તિનો સાવચેતીપૂર્વક ઉપયોગ કરો. આથી તે તમને અનેક રીતે લાભદાયક નીવડશે પણ આ શક્તિનો ઇચ્છામાં આવે તેમ દુરુપયોગ કરશો, તો જગદીશી તમારો અધઃપાત થશે અથવા બળંકર પ્રત્યાધાત થશે. માટે બીજાને મદદ કરવા તેનો ઉપયોગ કરો.

૩. હિંમત અને પ્રેમની પ્રાપ્તિ માટે સંકલ્પશક્તિ

ભયના, સ્વાર્થના, વેરઝેરના, વિપવના તેમ જ બીજા અશુદ્ધ વિચારોનો નાશ કરો આ અશુભ વિચારો નિર્બળતા, રોગ, કુસંપ, નિરાશા અને ગમગીની ઉત્પન્ન કરે છે.

દયા, હિંમત, પ્રેમ અને આત્મશુદ્ધિના શુભ વિચારોનું હમેશાં મેવન કરો. આથી અશુભ વિચારો પોતાની મેળે નાશ પામશે. આને અમલમાં મૂકો અને તમારી શક્તિ જુઓ. શુદ્ધ વિચારો તમારી અંદર નવું ઉચ્ચ જીવન પ્રેરશે.

લઘ્ય દિવ્ય વિચારો મન પર અવર્ણનીય અસર કરશે. અશુભ વિચારોને મનમાંથી હાંકી કાઢશે અને માનસિક તરતને બદલાવી નાખશે. દિવ્ય વિચારોના સેવનથી મન સંપૂર્ણપણે દિવ્ય પ્રકાશમુક્ત બને છે.

માટે તમારે એકે નકામો સંકલ્પ કરવો ન જોઈએ. ખોટા સંકલ્પો કરવામાં તમારી શક્તિનો જરા પણ લાગ્યું થીત નહિ.

બધી માનસિક શક્તિને બાળવી મળે. તેને ધ્વજરત્ના ધ્યાન, અભ્યાસિતન ને અભ્યાસિતના ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક કાર્યમાં વાળો. બધી સંકલ્પશક્તિને સાચવી રાખી તેનો ધ્યાન અને મનુષ્યજાતિને ઉપયોગી સેવાકાર્યમાં ઉપયોગ કરો.

તમારા મનમાથી બધા બિનઉપયોગી, નકામા ને દુષ્ટ વિચારોને હાકી કાઢો. નકામા વિચારો તમારી આધ્યાત્મિક પ્રગતિને આડે આવે છે તે તમારા આત્માના વિકાસની આડે પડેલા પથ્થર સમાન છે.

જ્યારે તમારા મનમાં નકામા વિચારો ચાલતા હોય ત્યારે તમે તેટલા ધ્વજરત્ની દૂર છો. માટે ધ્વજર સંબંધી સંકલ્પોને જ મનમાં રાખવા આપો. જે સંકલ્પો તમને મદદગાર કે ઉપયોગી થઈ શકે તેમ હોય તેવાને જ આવડાવો.

ઉપયોગી સંકલ્પો આધ્યાત્મિક વિકાસ ને પ્રગતિને માર્ગે આગળ વધવા માટે સીડીરૂપ છે. મનને જૂને ચીસે ચાલવા દો નહિ, નહિતર તે પોતાની જૂની ટેવો દી છોડશે નહિ. હમેશાં હગલે ને પગલે સાવધાન રહો.

૬. શુભસંકલ્પો દ્વારા દુનિયાને સહાય કરો

સમાન ગુણશીલવાળા પરસ્પર એકબીજાને આકર્ષે છે. જો તમે ખરાબ વિચારને સેવશો, તો તે વિચાર બીજા બધા પ્રકારના ખરાબ સંકલ્પોને આકર્ષશે તમારી પાસેથી બીજાઓને પણ તે સંકલ્પો તમે આપો છો.

સંકલ્પ એ ગતિશીલ વસ્તુ છે. તે જીવતી જાગતી વિદ્યુત શક્તિ છે. સંકલ્પ પોતે જ એક વસ્તુ છે. જો તમે તમારા મનને

નવી સર્જન માટે સંકલ્પશક્તિ

એક લઘુ સંકલ્પના ચિંતનમાં રોકેલો તો આ સંકલ્પ બીજાઓના શુભ સંકલ્પોને પણ તમારી પ્રત્યે આનંદથી તે ઉપનત, તમે તે શુભ સંકલ્પ બીજાને આપી શકો.

તમારા અશુભ સંકલ્પોથી તમે દુનિયાને મારાડો છો, અને તમારા શુભ સંકલ્પોથી તમે દુનિયાને મદદ કરો છો.

૭ સંકલ્પમિદ્ધિ દ્વારા નવમ સર્જનનું નિર્માણ

સંકલ્પ મનુષ્યને ધડ છે સંકલ્પ જ સર્જનને સરળ છે. જીવનના પ્રત્યેક મહાન બનાવની પાછળ ગમ્મિયાની સંકલ્પમાળા હોય છે, અને દુનિયાના ઇતિહાસના દરેક નવા બનાવનું પણ તે જ કારણ છે.

દુનિયાની બધી ગોઠવણો, દરેક ધર્મ અને તરતજ્ઞાન, દરેક જીવનશૈલી અને જીવનના પ્રવૃત્તિના પાછળ સંકલ્પ જ હોય છે.

સંકલ્પ માણી દ્વારા બહાનું મનાવી નાખે અને કર્મ દ્વારા જીવનમાં ઉતાવળ લાવે છે. આ એ સંકલ્પને મદદ કરનાર મેનક જેવો છે અને કર્મ એ તેનું ટ્રેસનું પગલાં છે. માટે જ જો તમે સંકલ્પ કરશો, તેણે જ તમે જાગૃતિ આપી શકો છો. પ્રચલિત બની છે.

નવી સર્જનનું નિર્માણ કેવી રીતે શક્ય ? નવી સંકલ્પશક્તિ ઉત્પન્ન કરીને.

મનુષ્યનું શક્તિ આપે, સમાજને સમૃદ્ધિ મનાવે, અને મનુષ્યને સુકિતને માર્ગે લઈ જાય એવી સર્જન કેવી રીતે ઉત્પન્ન થઈ શકે ? આ માટે એનું સંકલ્પમાળા ઉત્પન્ન કરવું પડશે જેના પરિણામે દરેક મનુષ્ય માનવિય શક્તિ અનુભવે, હૃદયમાં દયા આદિ દિવ્ય મહાગુણોને ધ્યાન કરી શકે, પોતાના જાતિભાઈઓની મેવા કરે અને ધર્મને ચાલી છેડે તેનો આદાર કરી શકે.

વિચારસાક્ષિ

નિઃસ્વયેગી નમધધા અને વિનાશક પ્રવૃત્તિઓની પાછળ જે દ્રવ્ય અને પ્રાણો દુર્વ્યય ક્રમમાં આવે છે, તેનો અમુક અંગ પણ તે શુભ અકલ્પ પાછળ ખચ્ચમાં આવે તો અત્યારે જ નવમસ્કંધનું નિર્માણ થાય

આપોખો આને લાઈટ્સાઈન મોડેલો અને તે જ પ્રકારની મીઠ મોઝમોઝો મનુષ્યને ચોક્કસ તેના નાશ પામે ધડેલી રી છે

તે તમારા પૈસાનો દુર્વ્યય કરે છે, તમાગ પાડોરીઓનો નાશ કરે છે, આખી દુનિયાના સાતાનશ્વને નુકસાન કરે છે અને તમારા હૃદયમાં ભય, તિન્નદાર ને નકાને ઉત્પન્ન કરે છે પરિણામે તમારું મન તેની સમતુલા શુભાવી બેઠે છે અને રોગને વશ થાય છે મનના આ વલણને અટકાવો

આધ્યાત્મિક માર્ગે ગોરખોગને ઉરોગન આપો તેરી જ રીતે, ધર્મ તેમ જ છનનની બી નાગી વસ્તુઓને દક્ષના રાખરાતો પ્રસન્ન કરો તરવેતાઓને અને નતોતે માન આપો, કારણ કે તેઓ મનુષ્યગતિના માન્ય ઉધ્યાગકો છે તેમને ધર્મના અજ્ઞાસમાં તેમ જ દ્રાવીન આધ્યાત્મિક સાહિત્યના અરોધનના ઉરોગન આપો કાળનું કે લોના દિવ માટે મદાન અદ્યપનકિતનું નેઓ નિર્માણ કરે છે

સુસનોના મનને 'શ્રદ્ધા' કેન્નાદ કોકે આદિત્ય પર પ્રતિનિદ મૂકો તેમના મનને તદુન્નત વિચારો ને આદ્યોસાગુ આદિત્ય પ્રદ પાડો,

નવી સંસ્કૃતિ માટે સંકલ્પશક્તિ

નામે તમને ઝેર આપીને છેતરે છે. નવી સંસ્કૃતિના કાયદાઓ આવા આસુરી જીવોને સખત શિક્ષા કરશે.

જે લોકો તત્ત્વજ્ઞાન, ધર્મ ને અધ્યાત્મશાસ્ત્ર શીખવાની રૂચિવાળા હોય તેમને નવી સંસ્કૃતિ દરેક પ્રકારની સગવડ આપશે, અને જ્ઞાણાઓ તેમ જ કોલેજોમાં આવેલા અભ્યાસ ફગળિયાત કરશે. તે તત્ત્વજ્ઞાનના અભ્યાસીઓને સ્કૉલરશિપો આપશે. જેઓ ધર્મ અને તત્ત્વજ્ઞાનમાં શોધખોળ કરે તેમને તે પારિતોષિકો અને ખિતાબો આપશે. મનુષ્યના હૃદયના અંતસ્તત્ત્વમાં રહેલી આધ્યાત્મિક વૃત્તિને પૂરેપૂરી ખીલવી સાક્ષાત્કાર માટે પ્રયત્નશીલ બને તે માટે દરેક યોજનાને તેમાં સ્થાન હશે.

આ નવસંસ્કૃતિનાં ફળ એટલાં મહાન બને મધુર છે કે તે મેળવવા માટે દરેક મનુષ્યે આ સંસ્કૃતિના નિર્માણમાં પોતાનો ફાળો આપવો જોઈએ. આ સંસ્કૃતિમાં દરેક મનુષ્ય ધાર્મિક જીવન જીવવાનો, પોતાના જાતિભાઈઓની સેવા કરવાનો અને પોતાની સપત્તિ ખીજાઓ સાથે વહેંચીને ભોગવવાનો આતુરતાપૂર્વક પ્રયાસ કરશે. તે સર્વને ચાહશે, કારણ કે દરેકના હૃદયમાં પોતાનો જ આત્મા રહેલો છે એનું તેને જ્ઞાન હશે આથી તે બધાં પ્રાણીઓના હિત માટે પ્રયાસ કરશે.

।।

જેમાં બધા લોકો પોતાની માલિકીની વસ્તુઓ ખીજાઓ સાથે મળીને ભોગવતા હોય અને દરેકની સેવા કરતા હોય તે સમાજ કેવો આદર્શ હોય ! જેમાં બધા માણસો સ્વેચ્છાપૂર્વક ખીજાઓની સેવા કરવાને તૈયાર હોય તેમાં કર અને ટેકસની જરૂર